

Stuttgart statt Malle 2016



Auch dieses Jahr haben die Mountainbiker der SG Stern Stuttgart ihr alljährliches Vorbereitungstraining „Stuttgart statt Malle“ veranstaltet. Gestartet wurde von 15.03.-26.03. jeden Nachmittag gemeinsam ab dem SpOrt Stuttgart, um in Touren verschiedener Länge vor allem die Grundlagenausdauer zu optimieren. Dabei hat sich schnell rausgestellt, dass trotz nicht gewesenem Winter die Start-Fitness sehr heterogen war – was eine zusätzliche Herausforderung für die Guides war. Mit angepasster Wahl der Strecken konnte allen Teilnehmern viel Spaß und ein guter Trainingseffekt vermittelt werden.

Begünstigt durch das trockene Wetter konnten alle Touren wie geplant gefahren werden, und sogar ausgeweitet. So führte es uns zum offiziellen Stuttgarter Downhill „Woodpecker“ oder in kompakten Zwei-Stunden-Touren mit Fokus Kraftausdauer durch den Degerlocher Wald. Höhepunkte waren die „Große Solitude Schleife“ mit 75 km und 1.000 Höhenmeter sowie die Abschlusstour von 100 km durch Remstal in Richtung Schorndorf und über das Wäscherschloss und den ersten Eisbecher der Saison zurück.

Fazit: Trotz kühler Temperaturen aber dank Trockenheit ein super Trainingslager für die kommende Saison – und als feste Tradition inzwischen etabliert ...

[Impressionen findet ihr in unserer Galerie.](#)

