



SINGLETRAIL-JAGD IM MÄRCHENWALD

Ein unendlicher Wald, ein Meer von Hügeln, Anhöhen und kleinen Bergen, und auf fast jedem Gipfel eine Burgruine: wer Märchenwald- und Robin-Hood-Feeling erleben und Jagd auf Singletrails machen möchte, ist hier genau richtig. Es ist schwer vorstellbar, dass sich in dieser auf den ersten Blick unspektakulären Gegend eine nennenswerte Anzahl von Trails befindet. Wer sollte sie bauen, und wozu? Man möchte fast glauben, jemand hätte die Erfindung des Mountainbikes vorhergesehen und schon mal ein ideales Trainingsgelände dafür angelegt. Natürlich waren es aber Wanderer, welche dieses feinmaschige Wegnetz geschaffen haben, und umso erstaunlicher ist es, dass es einem passieren kann, dass man auch nach mehrstündiger Fahrt keinem einzigen Menschen begegnet ist. Es ist ein einziges Paradies für Biker.

Ebenso schwer ist vorstellbar, dass die Menschen um dieses Land einmal so wild gekämpft haben, dass dort heute bald mehr Burgruinen als bewohnte Häuser stehen. Auf den zweiten Blick, wenn wir uns die Trails hinaufschinden und Zeit haben, die Landschaft etwas genauer zu betrachten, erschliesst sich einem aber, worin der Reichtum dieser Gegend lag. Hier ein Flösschen mit Forellen drin. Dort eine Schonung, wo sich Rehe verstecken. Heidelbeeren und Pilze allen Orten. Sandsteine, die sich relativ leicht behauen und damit den idealen Baustoff abgeben, liegen überall herum. Riesige, stabile Bäume stehen da, aus denen man grossartiges



KURZ-INFOS

Datum	3.–6. September 2026
Tourentyp	Singletrailcross mit Gepäcktransport
Konditionslevel	Gruppe A: 3–4* / Gruppe B: 2–3*
Techniklevel	Gruppe A: S1 + S2, selten S3 Gruppe B: S1 + S2
Anzahl Touren	4
Total Hm	Gruppe A: 8200 / Gruppe B: 5500
Total km	Gruppe A: 256 / Gruppe B: 192
Guide	Luki und Flori

* Levelteilung siehe «Infos»

Dachgebälk zimmern kann. Sandsteinfelsen, auf denen man einen geschützten Ort bauen, und Höhlen, in denen man sich verstecken kann. Brennholz ist überall reichlich zu finden. Der Winter ist nicht allzu hart und nicht allzu lang. Das Land nicht übermässig exponiert. Wer sich also ein wenig in der Zeit zurückversetzen kann, merkt schnell, dass unter anderen Lebensbedingungen das hier ein bevorzugtes Stück Erde war. Und damit für den Biker, der wie ein Jäger und Sammler den Trails hinterherpirscht, ein gefundenes Fressen.



UNSERE TOUREN

Gruppe A

Wer glaubt, dass es hohe Berge braucht, um einen gestandenen Biker in die Knie zu zwingen, war noch nie in den Nordvogesen oder dem Pfälzer Wald. Ja, die Trails sind fast alle fahrbar, ohne dass man ein NoFlow-Spezialist sein müsste. Und ja, man findet kaum einen Anstieg, der länger als 250 Höhenmeter ist und damit nicht auf einer Pobacke weggeradelt werden könnte. Wir reden aber über das Thema dann nochmals nach dem 5. Anstieg, wenn wir uns zur Mittagspause irgendwo auf einen Sandsteinfelsen setzen. Erstens, sind die Trails dann doch nicht soo einfach zu fahren, wie das auf den ersten Blick aussieht. Zweitens, es geht auch bergan fast ausschliesslich auf Trails, die immer mal wieder mit Serpentinaen, Stufen oder Wurzeln aufwarten und damit einen gleichmässigen Rhythmus unmöglich machen. Der höchste Berg der Nordvogesen liegt auf knapp unter 600 m ü.M. (wir erklimmen ihn gleich zweimal und können dennoch nicht alle Abfahrten von dem Berg mitnehmen), zumeist pendeln wir aber zwischen 200 und 500 m ü.M. auf und ab. Die Abfahrten sind immer wieder flowig, werden aber des öfters jäh durch Serpentinaen und Stufen unterbrochen und fordern daher Aufmerksamkeit. Weil die gesamten Nordvogesen ein homogenes Sandsteingebirge sind, fahren wir ausschliesslich auf Sand, teils sogar auf Sandsteinfelsen. Meistens ist der Sand so hart gepresst, dass es sich sehr gut rollt, da und dort aber, vor allem bei grosser Trockenheit, versinkt man geradezu im Treibsand. Für die genussvolle Teilnahme ist eine sehr gute Kondition und gute Fahrtechnik erforderlich (Level 3–4; siehe Homepage).

Gruppe B

Beim allerersten Doppel-Cross in der Geschichte von Luki ist es keinesfalls so, dass die Gruppe B B-Ware vorgesetzt bekommt, im Gegenteil: wir fahren dieselben Trails wie die Gruppe A, nur nicht so viele davon, und die steilsten Aufstiege lassen wir aus oder umfahren sie, dito die S3-Passagen bergab. Die Feingliedrigkeit der Landschaft und die schier unendliche Anzahl von Trails ermöglichen eine Tour, die sich zwischen zwei Etappenorten sehr stark komprimieren und ausbauen lässt. So kann man nicht nur jeden Tag wählen, ob man in Gruppe A oder B mitfahren will, teils ist sogar möglich, innerhalb einer Tour zu wechseln. Auch in der Gruppe B fahren wir soviel wie möglich Singletrail, d.h. auch bergauf, wobei der technische Anspruch nur selten über S1 hinausgeht. Für die genussvolle Teilnahme ist eine gute Kondition und gute Fahrtechnik erforderlich (Level 2–3; siehe Homepage).

UNSERE BIKEREGION

Viele kennen die Vogesen nicht einmal, und noch weniger sind die Ausmasse dieses Mittelgebirges bekannt. Vom nördlichsten zum südlichsten Punkt liegen knapp 240 Kilometer Luftlinie (den Pfälzer Wald mit eingerechnet, der geologisch zu den Vogesen dazugehört). Zum Vergleich: Basel–Chiasso misst Luftlinie 220 Kilometer! Breit sind die Vogesen an ihrer grössten Ausdehnung ca. 60 Kilometer. Das besondere aber: an der schmalsten Stelle messen sie gerade mal vier Kilometer! Auf der Landkarte sieht das so aus wie eine Sanduhr. Kein Wunder also, dass sämtliche Völker, die je in Europa umhergewandert sind, an dieser Schmalstelle, die gleichzeitig auch noch eine Flachstelle ist, den Vogesenübergang gewählt haben. Heute queren an der Zaberner Steige, wie diese Schmalstelle genannt wird, eine Autobahn, eine TGV-Linie, eine Route National, eine zweispurige Eisenbahn und

ein Schiffskanal (mit spektakulärem Schiffshebewerk) sowie einige Forststrassen und Singletrails die Vogesen. Auch wir starten unsere Nordschleife auf einem dieser Singletrails und beenden sie nur wenige hundert Meter daneben auf einem anderen. Dazwischen liegt ein gewaltiger Loop, in welchem wir einen grossen Teil dieser Region, die den Namen «Wasgau» trägt und auch «krummes Elsass» genannt wird, durchfahren. Wir überqueren auch mehrmals kurz die französische Grenze und fallen in den Pfälzer Wald ein, ohne dabei den Wasgau zu verlassen; man sieht daran, dass die Grenzziehung wie allerorten im Elsass eine lange Geschichte ist. Auch die berühmte Maginot-Linie, welche Frankreich vor einem Überfall durch die Deutschen hätte schützen sollen, überqueren wir zweimal und sehen die riesigen Bunker- und Geschützanlagen, die heute moosüberwachsen sinnlos und mahnend in der Gegend herumstehen. Theoretisch gäbe es in einer dieser Bunkeranlagen auch ein spannendes Museum zu besichtigen, aber leider hat es zu viele Singletrails in der Gegend, und wir müssen Prioritäten setzen.

Die gesamten Nordvogesen bestehen aus einem zusammenhängenden Sandsteingebirge. Ursprünglich wurden auch die Südvogesen von diesem Sandstein bedeckt, die eiszeitlichen Alpengletscher haben diese Schicht aber abgeschmirgelt. Weil die Gletscher nicht weiter kamen als bis knapp vor Strasbourg, ist im nördlichen Teil der Sandstein erhalten geblieben und wird aber, weil das Gestein naturgemäss sehr unterschiedlich hart und insgesamt eher weich ist, fleissig von Wind und Regen abgetragen, was zu teils bizarren und spektakulären Felsformationen geführt hat, die überall auf den Anhöhen stehen. Wäre nicht die Gegend zu über 80 Prozent mit Wald und einer reichen Vegetation bedeckt, könnte man sich ein wenig an Monument Valley erinnert fühlen.

UNSERE UNTERKÜNFTE

Die erste Nacht verbringen wir in einem Nonnenkloster. Keine Sorge, die Gebäudeflügel der Gäste sind getrennt von den Betschwernern, und wer tagsüber eine kleine Sünde, zum Beispiel in Form einer nicht gefahrenen Serpentina, begangen hat, wird trotzdem mit Abendessen versorgt. Die zweite Nacht verbringen wir in einem herzlichen Landgasthof, der uns zeigt, weshalb essfreudige Menschen gerne ihren Schlemmerurlaub in dieser Gegend verbringen. Die dritte Nacht sind wir mitten im Zentrum eines Thermalkurortes, der es trotz Casino, idyllischer Lage, besserem Wetter und der Nähe zur Grossstadt Strasbourg, nicht geschafft hat, dem Konkurrenzort Baden-Baden das Wasser abzugraben. Dafür beheimatet der Ort ein international erfolgreiches, jahrhunderte altes Tech-Unternehmen und exportiert erfolgreich Mineralwasser.

KLIMA UND WETTER

Das Klima in den Nordvogesen ist generell einiges wärmer als im Schweizer Mittelland. Im Sommer wird es sogar richtig schwül und heiss. Anfangs Mai aber sind die Temperaturen angenehm, bisweilen vielleicht auch sogar noch etwas frisch. Weil wir uns während der ganzen Tour in einem relativ einheitlichem klimatischen Raum befinden und auch die Höhenunterschiede zwischen tiefstem und höchstem Punkt nur ein paar hundert Meter ausmachen, sind die Bedingungen, von Wetterumbrüchen einmal abgesehen, sehr entspannt.



1. TAG: GRUPPE A: 75 KM / 1900 HM – GRUPPE B: 54 KM / 1400 HM

Unsere lange, viertägige Schleife durch die Nordvogesen startet relativ sanft. Die meisten Anstiege sind noch keine «Zähnezieher», auch wenn sie fast sämtlich auf Trails stattfinden. Gruppe B umrollt hier noch den einen oder anderen Berg, um Körnchen zu sparen. So machen wir uns langsam mit der Gegend und dem ungewohnten, sandigen Untergrund sowie den Sägezahn-Höhenprofilen, welche uns die nächsten vier Tage begleiten, vertraut. An den ersten Bergen können wir noch eindeutige Spuren von sanftem Wandertourismus entdecken, aber schon bald führt uns unsere Route in eine der sehr wenig besuchten Gegenden der Vogesen, und beinahe haben wir ein wenig Hänsel-und-Gretel-Feeling. Erst am Nachmittag kommen wir in eine Gegend, die zwar immer noch idyllisch wirkt, aber doch eines der bekanntesten und beliebtesten, weil unvergleichlich schön und spektakulär gelegenen Ausflugsziele der Nordvogesen beherbergt.

Auch wir schlängeln uns mit den Touristen der uralten Stadtmauer entlang, aber schon bald biegen wir in den Wald ab. Was jetzt kommt, ist ein Trail, den man zu den allerbesten der Nordvogesen zählen darf, und sicher ist er auch der längste zusammenhängende Trail nördlich der Zaberner Steige. Wenn ich es



nicht besser wüsste hätte ich gesagt, dass er extra für uns gebaut wurde. Fast eine Stunde lang ist der Weg so schmal, dass keine zwei Bikes aneinandervorbeikommen, immer geht es ganz leicht bergab. Ein letzter, mit 200 Höhenmeter der zweitlängste an diesem Tag und selbstverständlich ebenfalls auf Singletrail führender Aufstieg bringt uns hoch über unseren Zielort, und wir stürzen uns ein letztes Mal bergab und ins wohlverdiente Après-Bike.





2. TAG: GRUPPE A: 62 KM / 2200 HM – GRUPPE B: 52 KM / 1500 HM

Unser Startort geht auf eine Gründung der Römer zurück. Hier, am einfachsten Übergang des gesamten Vogesengebirges, haben schon sie eine grosse Strasse gebaut, und seit zwei Jahrtausenden hat der Verkehr ständig zugenommen. Der Grossteil umfährt heute das Städtchen in einigen Kilometern Entfernung. So ist im Ort zwar viel los, aber es hat dennoch eine schicke Altstadt, die wir kurz besichtigen, auch weil dort eine ganz herausragend feine Boulangerie-Chocolaterie beheimatet ist. Ein riesiges Schloss steht ebenfalls hier, mit 140 Meter Fassadenlänge die längste klassizistische Schlossfassade in ganz Frankreich. Wenn es auch noch viel mehr zu besichtigen gäbe, wir haben einiges vor uns und gehen deshalb so bald wie möglich in den Wald, um den ersten von elf Aufstiegen, die uns heute bevorstehen, unter die Stollenräder zu nehmen. Bis zur ersten Passhöhe bekommen wir noch etwas von der Geschäftigkeit und dem Verkehr an diesem Ort mit, aber schon nach der ersten Biegung ins Unterholz, wo uns ein enger Trail bereits wieder bergab führt, wird es still und einsam und das bleibt es für die nächsten Stunden. Ein permanentes Auf und Ab und immer wieder die eine oder andere knifflige Passage und diese Rampe halten uns auf Trab, die Belohnungen folgen aber immer postwendend. Auf einer Anhöhe, zu den Füßen einer besonders grossen Burganlage, ist ein kleiner Ort entstanden, in dem noch nicht alle



Gastronomiebetriebe ihre Tore geschlossen haben, und wir machen eine kurze Einkehr. In der zweiten Tageshälfte nehmen die Trails an technischer Herausforderung nochmals etwas zu, das Gelände wird etwas steiler und auch die Höhenunterschiede werden etwas grösser. Jedenfalls sind wir allerbestens unterhalten, bis uns der Wald wieder ausspuckt und wir direkt in einem schönen Thermal-Kurort landen, wo wir übernachten und Wage-mutige noch eine Runde im Casino drehen können.





3. TAG: GRUPPE A: 58 KM / 2000 HM – GRUPPE B: 41 KM / 1150 HM

Die nackten Daten lassen vermuten, dass der heutige Tag etwas gemütlicher wird, und insofern stimmt es, als dass wir heute den längsten zusammenhängenden Aufstieg (370 Höhenmeter) der ganzen Tour vor uns haben und das erst noch überwiegend auf Asphalt. Aber das ist nur die Kompensation für die deutlich technischen Abschnitte, die uns heute bevorstehen und die auch gute Fahrtechniker herausfordern. Ein oder zwei Mal wird heute wohl jeder kurz absteigen müssen. Die Gegend, in der wir uns befinden, wird immer einsamer, die Landschaft ist eine einzige Idylle und umso schockierender wirkt die grosse Geschützanlage der Maginot-Linie, welche plötzlich vor uns steht. Sie ist der Auftakt zu einer Gegend, in der sich schon im Mittelalter die Leute gerne die Köpfe eingeschlagen haben, wie die zahlreichen Burgen beweisen, die ab jetzt auf jedem Berg stehen, den wir erklimmen werden. Man fragt sich unweigerlich, wo denn überhaupt die Bauern gelebt haben, welche die zahlreichen Burgherren ausbeuten konnten.

Je weiter wir vorankommen, desto spektakulärer werden die Burgruinen, und entsprechend begegnen wir nun auch mal dem einen oder andern Touristen und stellen fest, dass wir doch noch nicht am Ende der Welt angekommen sind. Das ist auch gut so, denn so langsam haben wir richtig Hunger und freuen uns schon



auf den Gasthof, der uns abends ein herrliches Essen auf den Tisch zaubern wird. Alles an diesem Ort wirkt friedlich und idyllisch, man kann es fast nicht glauben, dass hier im zweiten Weltkrieg das ganze Tal evakuiert war und eine tödliche Schlacht gekämpft wurde.





4. TAG: GRUPPE A: 61 KM / 2100 HM – GRUPPE B: 45 KM / 1450 HM

Nach dem Frühstück wartet als erstes ein langer Singletrail auf uns, der so gemütlich bergan führt, dass man geradezu süchtig nach solchen Steigungen werden könnte. Danach folgt aber eine kurze Killerrampe (kann man elegant auf der Strasse umfahren) und auch die Spätaufsteher sind jetzt richtig wach. Das ist gut so, denn schon wieder geht es einen rasanten, ebenso süchtig machenden Trail hinunter. Es geht weiter bergauf und bergab, abwärts immer auf Trails und bergauf meistens auch. Der dritte Aufstieg ist eine harte technische Herausforderung (oder ein kleines Schiebestück, je nach Sicht der Dinge), und wird belohnt mit einer hervorragenden Rundumsicht von einer, wie könnte es anders sein, Burgruine. Wieder einmal überqueren wir die Grenze nach Deutschland und sind im Pfälzer Wald unterwegs, auch wenn man, ausser an der Farbe der Wanderwegmarkierung, keine Grenze erkennen kann. Hier ist seit dem Mittelalter nicht mehr viel passiert. Wieder zurück in Frankreich, führt uns eine kurze, schwierige Abfahrt zum bekanntesten Ausflugspunkt in der ganzen Umgebung. Wie immer, ist es zwischen Parkplatz und Burg kurz belebt, aber schon nach wenigen Minuten ist der Spuk vorbei, und wir sind wieder die Einzigen im Wald. Der fünfte von den neun Aufstiegen des Tages ist ebenfalls eine Herausforderung, zu hundert Prozent auf Singletrail, aber fast komplett fahrbar. Ab jetzt wird es etwas entspannter, es rollt insgesamt



wieder etwas schneller und zwei rasante Abfahrten warten auf uns. Der letzte Aufstieg ist nochmals richtig lang und richtig steil, belohnt werden wir mit einer Abfahrt, richtig knackig und richtig geil.

Die stillgelegte Bahnline, welche wir jetzt überqueren, zeugt davon, dass die Zivilisation wieder näher kommt, und bald schon kommen wir zu unserem Zielort, da wo vier Tage zuvor das grosse Abenteuer begonnen hat.

