



### FAHRTECHNIK-SKILLS AUF DEN VERSPIELTEN TRAILS DES OBERWALLIS

Die höchsten Berge der Schweiz, der grösste Gletscher der Alpen aber auch die grösste Weinanbaufläche der Schweiz, befindet sich im Wallis. Es gibt in den Alpen nur wenige Täler, die einen solch grossen Reliefunterschied aufweisen. Von den mediterranen Weinbergen geht es durch sämtliche alpine Vegetationsstufen hinauf bis ins vergletscherte Hochgebirge.

Braun gebrannte Walliser Dörfer kleben an den steilen Berghängen. Diese Dörfer, die kleinen Weiler und auch die hochgelegenen Alpen wurden mit kunstvollen Wegen erschlossen. Die trockenen Weiden und Felder werden bis heute mit einem ausgeklügelten und spektakulären Bewässerungssystem bewirtschaftet. Durch diese Konstellation entstand ein Wegnetz, das in Sachen Kühnheit Massstäbe setzt und uns Biker so richtig verwöhnt.

### KURZ-INFOS

<b>Datum</b>	3.–6. April 2026
<b>Tourentyp</b>	Fahrtechnik- und Touren-Camp
<b>Konditionslevel</b>	2 bis 3*
<b>Techniklevel</b>	S1
<b>Anzahl Touren</b>	3
<b>Total Hm</b>	ca. 4150
<b>Total km</b>	ca. 110
<b>Guide</b>	Paddy

\* Levelinteilung siehe «Infos»

Diese Trails sind geradezu prädestiniert, um zu Saisonbeginn, spezifische Fahrtechnik-Fähigkeiten und vor allem auch die Geschicklichkeit auf dem Trail zu trainieren. Dank der vorhandenen Wegvielfalt können wir praktisch auf sämtlichen Untergründen und auf den verschiedensten Trails Fahrtechnik-Skills trainieren. In jedem Tourentag ist ein Skill-Konzept integriert, so dass wir spielerisch – das heisst während der Tour – uns diese Fähigkeiten aneignen und verfeinern können.







### UNSERE TOUREN UND FAHRTECHNIK-SKILLS

Die vier Tagestouren leiten uns mitten durch die trailreichsten Regionen des Oberwallis. Die Aufstiege führen über Alpstrassen, Saumwege und auch über Singletrails berghoch. Die kilometerlangen Abfahrtstrails sind oft von der flowigen Art – es gibt aber auch schwierige und fordernde Trailabschnitte. Auf rassistigen Bike-touren – die zwischen 24 und 36 Kilometer und 950 bis 1200 Höhenmeter lang sind – habe ich verschiedene «Übungs-Trails» integriert, wo wir folgende Fahrtechnik-Fähigkeiten trainieren:

- Kurventechnik
- Bike in Kurve drücken
- Enge Kurven fahren
- Hinterrad versetzen
- Auf Vorderrad um Kurve fahren
- Hindernisse überwinden
- Vorderrad-/Hinterrad anheben
- Bunny Hopp
- Aufsetz-Sprung
- Hohe Stufen und Absätze hochfahren
- Schlüsselstellen befahren
- Steile Absätze und Stufen bergabfahren
- Wurzelpassagen befahren
- Verwinkelte und enge Trails runter fahren
- Linienwahl
- Dropfen

Die Grundlagen und der Ablauf der einzelnen Technik-Skills erarbeiten wir an geeigneten Plätzen. Auf den Trails setzen wir diese dann sogleich um und üben unsere Geschicklichkeit und Trail-Raffinessen. Es werden aber auch Basis-Elemente eingebaut wie Gleichgewicht, Körperspannung, Beweglichkeit, Lockerheit, Gewichtsverlagerung und die zentrale Position auf dem Bike.

Weitere Fahrtechnik Elemente werden bei Bedarf und auf Wunsch integriert.

Alle Touren können zusätzlich durch einfache Streckenanpassungen und der Benutzung von ÖVs abgekürzt werden. Für die Teilnahme ist ein vorgängiger Besuch eines Fahrtechnik Know-How Kurses 1 & 2 ideal. Für eine genussvolle Teilnahme ist eine solide Kondition und Fahrtechnik erforderlich (Level 2 + 3; siehe Homepage).

Parallel zu «Skills and Trails Oberwallis» finden die «Trailrider-Days Oberwallis» statt. In den «Trailrider-Days Oberwallis» sind die Tourenlängen 45 bis 55 Kilometer und weisen 1900 bis 2400 Höhenmeter auf. Täglich kann ein Gruppenwechsel vorgenommen werden, weshalb man jeweils zwischen zwei unterschiedlichen Touren auswählen kann. Auf diese Art kann praktisch ein individuelles Tourenprogramm zusammengestellt werden.







### UNSERE BIKEREGION

Mit dem Untergang des römischen Reichs wurde auch das Oberwallis grösstenteils entvölkert. Nur noch wenige blieben zurück. Im ausgehenden 8. Jahrhundert zogen die ersten Alemannen über Lötschen-, Gemmi- und Grimselpass ins Oberwallis, um sich hier niederzulassen. Sie siedelten sich dauerhaft an und schufen schnell eine eigene Kultur. Ende 12. Jahrhundert begannen erste Gruppen ihre Heimat wieder zu verlassen. Zuerst Richtung Süden, später Richtung Osten überstiegen sie Pässe, um sich in den benachbarten Bergtälern anzusiedeln. Die Auswanderung erreichte im 13. Jahrhundert den Höhepunkt und fand 1360 ihren Abschluss. Weshalb die Oberwalliser auswanderten – und so zu «Walsern» wurden – ist bis heute nicht restlos geklärt. Die Walser waren früh gezwungen alte Naturpfade auszubauen. Dabei trieben sie hunderte von Meter lange Wege in den Fels oder legten beeindruckende Kunstbauten an. Das Wallis hat beim alpenüberquerenden Handelsverkehr immer eine wichtige Rolle gespielt. Zwischen Zentral- und Westalpen kamen den Pässen von jeher grosse Bedeutungen zu. So kümmerten sich die Walliser nebst der Landwirtschaft auch um den Handel, indem sie frühzeitig den Saumverkehr übernahmen. Wirtschaftlich und politisch war die Kontrolle über die Pässe lukrativ und begehrt, entsprechend waren sie umkämpft. Wegen den über 4000 Meter hohen und gletscherbedeckten Grenzbergen im Süden und Norden gab es praktisch keine einfachen Übergänge. Entweder waren diese enorm hoch, führten über steilste Gebirgsflanken, über Gletscher oder durch kaum überwindbare Schluchten. Sehr schwierig waren Ausbau und Unterhalt.

Wegen unterschiedlichster Auseinandersetzungen hat sich im Verlaufe der Jahrhunderte das Interesse und somit der Ausbau der einzelnen Übergängen immer wieder verändert. Nicht umsonst wurden die Walliser auf diese Weise zu absoluten Wegbau-Spezialisten. Und genau diese Wegbaukunst können wir bei den Trailrider-Days im Oberwallis in vollen Zügen auskosten.



### UNSERE UNTERKUNFT

Wir übernachten in einem familiär geführten Hotel. Wir genießen eine feine italienische Küche. Ein herrlicher Tropfen Walliser Wein oder das einheimische Suonen Bier runden das kulinarische Angebot ab. Entspannen werden wir uns in der Lounge oder an der wärmenden Frühlingssonne und auf der schönen Gartenterrasse.

### KLIMA UND WETTER

Unsere Tourenregion gehört zu den sonnigsten und trockensten der Schweiz und ist bekannt für das mediterrane Klima. Die Temperaturen können im März schon sehr frühlingshafte Werte erreichen. In Höhenlagen ab 1000 m ü. M. kann es aber auch noch relativ kühl sein. Der höchste Punkt, welcher angefahren wird, liegt auf 1500 Metern. Je nach Schneelage können die Touren relative einfach in der Höhenlage angepasst werden.