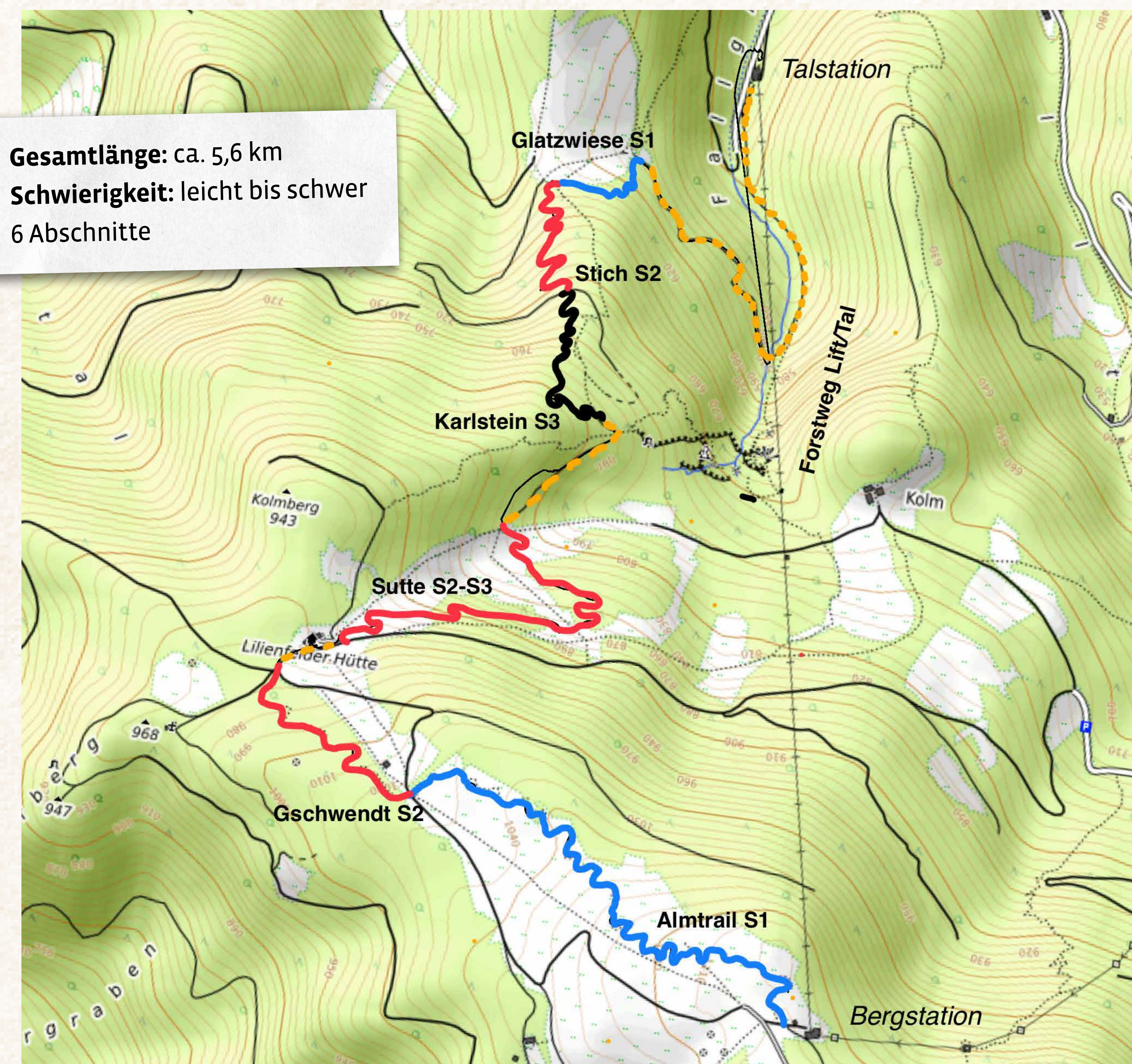


MUCKI

Der Mountainbike-Singletrail



Gesamtlänge: ca. 5,6 km
Schwierigkeit: leicht bis schwer
6 Abschnitte

ABSCHNITT	LÄNGE	SCHWIERIGKEIT	CHARAKTERISTIK
Almtrail	1,6 km	leicht (S1)	sanftes Gefälle, ideal für Einsteiger:innen
Gschwendt	600 m	mittel (S2)	verspielt, technisch fordernder
Sutte	ca. 1,4 km	mittel-schwer (S2/S3)	abwechslungsreich, mit einzelnen schwierigen Passagen
Karlstein	795 m	schwer (S2/S3)	steilere, technische Passagen im Wald
Stich	843 m	mittel (S2)	flowig und kurvenreich
Glatzwiese	412 m	leicht (S1)	wellig und offen – ideal zum Ausrollen

Ab dem Abschnitt Sutte richtet sich der Trail nur mehr an geübtere Bikerinnen. Wer den Gschwendt-Trail problemlos meistert, kann sich an die weiteren, anspruchsvolleren Abschnitte wagen. Wer sich dort unsicher fühlte, kann bei der Lilienfelder Hütte über die Forststraße sicher ins Tal ausweichen.

Schwierigkeit: leicht - S1
Naturbelassener Singletrail auf einer Alm mit ca. 6% Gefälle. Ideal für Anfänger, um erste Erfahrungen im Trailfahren zu sammeln. Der Trail bietet eine konstante Geschwindigkeit und ein authentisches Mountainbike-Erlebnis.

1

ALM TRAIL

GSCHWENDT

2

Schwierigkeit: mittel - S2
Singletrail mit einer Steigerung zum Almtrail. Technisch anspruchsvoller, aber ohne große Hindernisse. Eine tolle Herausforderung für Fortgeschrittene.

Schwierigkeit: mittel-schwer S2-S3
Mix aus flowigen und technisch anspruchsvolleren Abschnitten, mit 2-3 schwierigen Stellen.

3

SUTTE

KARLSTEIN

4

Schwierigkeit: schwer S2-S3
Der anspruchsvollste Abschnitt mit steilen, technischen Passagen und kurzen Anstiegen. Der Trail schlängelt sich durch dichten Laubwald und kombiniert fließende Abschnitte mit schwierigen Stellen.

Schwierigkeit: mittel - S2
Verspielte Gestaltung mit vielen Kurven und einem Untergrund aus Erdboden und wenigen Wurzeln. Mit einem Gefälle von etwa 10% bietet der Abschnitt eine abwechslungsreiche Fahrt.

5

STICH

GLATZWIESE

6

Schwierigkeit: leicht - S1
Flacher, flowiger Abschnitt mit Wellen und weiten Kurven.

SINGLETRAIL- SKALA

S1 – leicht

S1-Trails sind ebenfalls leicht. Allerdings musst du hier und da mit kleineren „Hindernissen“ in Form von flachen Wurzeln, Steinen oder Wasserrinnen rechnen. Hier ist schon mehr Aufmerksamkeit gefragt.

S2 – mittel

Die Wurzeln und Steine werden immer größer. Auch auf Stufen oder Treppen solltest du dich einstellen. Außerdem können engere Kurven vorkommen. Etwas Erfahrung auf dem Mountainbike kann nicht schaden: Du solltest deine Bremsen bewusst betätigen und wissen, wie du dein Gewicht richtig verlagerst. Der mittleren Schwierigkeit des Trails entsprechend, fährst du am besten im Stehen.

S3 – schwer

Jetzt wird es richtig anspruchsvoll: S3-Trails sind für Durchschnitts-Bike-Piloten schon ordentliche Herausforderungen. Hohe Stufen, Spitzkehren und Passagen schräg zum Hang sind auf einem S3-Trail keine Seltenheit. Sei aufmerksam, brems kontrolliert und halte die Balance!

TRAIL

am Muckenkogel in Lilientfeld

Ein Singletrail ist ein schmaler, meist naturbelassener Pfad, der nur für eine Person Breite bietet. Er folgt dem natürlichen Gelände und sorgt für ein besonders intensives, naturnahes Fahrerlebnis.



Der Mucki Trail ist ein naturnaher Mountainbike-Trail am Muckenkogel. Er besteht aus sechs abwechslungsreichen Teilstücken – vom sanften Almtrail bis zum technisch anspruchsvollen Abschnitt Karlstein. Die Strecke bietet Fahrspaß für viele Erfahrungsstufen und ist ideal, um sich Stück für Stück an technischere Abschnitte heranzutasten. Insgesamt steigt der Schwierigkeitsgrad des Trails kontinuierlich – vom einfachen Einstieg bis zur sportlichen Herausforderung. Der Mucki Trail bietet sportliches Trailvergnügen für Einheimische und Gäste – kostenlos und frei zugänglich

Lilienfelder Bergbahnen GmbH
Sessellift Lilientfeld
3180 Lilientfeld, Liftstraße 3
Tel. 02762/52229

Stadtgemeinde Lilientfeld
3180 Lilientfeld, Dörfelstraße 4
Tel. 02762/52212-33
tourismus@lilienfeld.at
www.lilienfeld.gv.at



Im Notfall bitte um Information, in welchem Streckenabschnitt Hilfe benötigt wird.



Zisterziensertift
Lilienfeld

In Kooperation mit dem Stift Lilientfeld



Biker - Fair Play

- Wir befahren nur markierte Routen und nur im März bzw. Oktober von 9.00 bis 17.00 Uhr, im April bzw. September von 8.00 bis 18.00 Uhr, von Mai bis August von 7.00 bis 19.00 Uhr. Die Mountainbike - Saison startet am 1. März und endet am 31. Oktober.
- Wir halten die geltende Straßenverkehrsordnung (STVO) ein und überholen Wanderer und Reiter nur im Schrittempo.
- Wir sind Gäste im Wald und benehmen uns wie Gäste, auch gegenüber dem Forst- und Jagdpersonal.
- Wir hinterlassen die Natur, wie wir sie gerne vorfinden würden - ohne Abfälle.
- Radfahren abseits der Routen und außerhalb der freigegebenen Zeiten macht uns zu illegalen Bikern.