



Bereifung

Es werden breite Touren- oder MTB-Reifen empfohlen, schmale Strassenreifen sind nicht geeignet.

Nicht geeignete Handbikes

Rennbikes mit schmalen Reifen
Vorspann-Handbikes

Leih-Handbikes

Interessenten/-innen die über kein geeignetes Handbike verfügen, bekommen eines, Modell Comp CC mit E-Unterstützung, von der Prashberger gratis zur Verfügung gestellt.
Bitte frühzeitig bei Andreas Gautschi anmelden:
andreas.gautschi@paraplegie.ch

Helm

Obligatorisch

Anmeldung

Kultur und Freizeit, kf@spv.ch
oder Tel: 041 939 54 15

Anmeldefrist

24. August 2018

Schweizer
Paraplegiker-Vereinigung
Kultur und Freizeit
Kantonsstrasse 40
CH-6207 Nottwil
Telefon 041 939 54 24
Fax 041 939 54 09
E-Mail kf@spv.ch

spv.ch

Handbike-Trail

1. September 2018



Handbike

Ein Erlebnis
durch Wälder und Wiesen

HANDBIKE-TRAIL



Was

Der Handbike-Trail soll kein Handbike Rennen sein, sondern ein gemeinsamer Anlass.
Jede/r Interessierte/r Handbiker/-in kann das Erlebnis durch Wälder und Wiesen geniessen.

Leitung

Andreas Gautschi

Begleitperson

Irène Bucher, Gisela Bucher, Bruno Ehrensberger und
Monika Gautschi

Datum

Samstag, 1. September 2018

Ausweichdatum 15. September 2018

Treffpunkt/Start

Schweizer Paraplegiker-Zentrum, Nottwil
8.00 Uhr Sportanlage

Startzeit

8.30 Uhr Abfahrt mit dem Handbike

Strecke

Vom SPZ Nottwil fahren wir über den Golfplatz Oberkirch bis Leidenberg und danach bis Grosswangen.

Ab Grosswangen fahren wir übers Tal zur MTB-Route 77 und entlang dieser Route zwischen Buttisholz und Ruswil hoch zum Merzeberg, weiter bis Windblose. Von dort geht es direkt zurück nach Nottwil.

Auf der gesamten Strecke herrscht wenig motorisierter Verkehr, trotzdem gibt es Abschnitte auf denen mit Verkehr zu rechnen ist.

HANDBIKE-TRAIL

Pause

10.30 Uhr Unterwegs eine kurze Wasserpause beim Soppensee

Rollstühle

Die Alltagsrollstühle werden mit einem Fahrzeug mitgeführt.
Ab 11.00 Uhr sind die Rollstühle im «Hofbeizli Chuerüti».

Distanz/Höhenmeter

Ca. 35 km (kann auf Wunsch gekürzt werden), ca. 650 Höhenmeter

Streckenbeschaffenheit

Rund die Hälfte der Strecke ist asphaltiert, die andere Hälfte führt über Kies- und Waldstrassen.

Verpflegung/Getränke

Ca. 12.30 Uhr gemeinsames Essen beim «Hofbeizli Chuerüti» Neuenkirch (Essen geht auf eigene Kosten).

Rollstuhl-WC vorhanden.

Genügend Flüssigkeit für unterwegs ist Sache der Teilnehmenden.
Zwischenverpflegung, z.B. Riegel, mitnehmen.

Ideale Handbikes

Manuell angetriebene Handbikes mit entsprechender Untersetzung.
Elektrisch unterstützte Handbikes nach Möglichkeit 2 Akkus.

