



## MOUNTAINBIKE-FACEBOOK-GRUPPEN

## FACEBIKE!

Unsere schnelllebige, virtuell dominierte Zeit beeinflusst auch unser Privat- und Sozialleben. Mit diesem Snapshot über Bike-spezifische Facebook-Gruppen wollen wir österreichischen Mountainbikern eine Übersicht über das Angebot verschaffen.

TEXT CHIARA STIETER FOTOS OLIVER LORENZ, WOLFGANG NEUMÜLLER/BIKE-GRUPPE.AT

**W**ir haben immer weniger Zeit, besonders wenn es darum geht, unsere Freizeit zu organisieren oder Telefonzeiten zu finden, die für zwei Gesprächspartner passen oder gar für mehrere. Was ist daher naheliegender, als dort, wo sich viele von uns zehn Jahre nach seiner Erfindung ohnehin täglich aufhalten – nämlich in Facebook – sogenannte Gruppen-Seiten zu gründen bzw. zu adden, auf denen sich Gleichgesinnte zusammenschließen können? Einfach genug ist es, und jeder Facebook-Benutzer hat die Möglichkeit dazu. Hier kann man morgens noch spontan die Frage in den virtuellen Äther stellen, ob abends jemand Zeit für eine kleine Runde hätte, technische Problemstellungen klären, sich über Tourenangebote, Trails, MTB-Gebiete austauschen oder eben Ausfahrten, Reisen, Trainings und vieles mehr organisieren. Natürlich kann man auch recht nutzlose Beiträge posten, aber das dürfte Facebook-Benutzern ja hinlänglich bekannt sein.

Angesichts der Tatsache, dass zum Jahreswechsel knapp drei Millionen Österreicher (Fake- und Doppel-Profilseiten inbegriffen) Facebook benutzen, ist die Anzahl von österreichischen Mountainbike-spezifischen Gruppen recht gering. Das könnte einerseits daran liegen, dass die Verwaltung (hierunter fällt bei einer geschlossenen Gruppe auch das Erteilen von Zutrittsrechten neuer Benutzer) und Aufsicht solcher Seiten von deren Administrator einen gewissen Zeitaufwand verlangt. Und Zeit, siehe oben, haben wir immer weniger. Andererseits kann eine Gruppe eine unbegrenzte Anzahl an Usern aufnehmen. Wozu also eine neue gründen, wenn man einer bestehenden beitreten kann? Auf den stärksten besuchten Portalen in Österreich finden sich momentan bis zu 5000 Mitglieder, Tendenz steigend.

**Laut Damz Trailsäx**, einem sehr engagierten Biker aus Wien, der einige der stärksten Facebook-Grup-

pen gegründet hat bzw. diese verwaltet, markiert der *Downhiller Trümmerflohmarkt* den Beginn der heimischen Gruppen – eine Seite, die unter fairen Nutzerbedingungen als Gebrauchtmärkte für Bikes und Parts fungiert und mittlerweile über 4845 Mitglieder verfügt. Da es aber in weiterer Folge nicht nur um Ersatzteile, sondern um eine grundsätzliche Plattform ging, wurde 2012 kurz nach dem gänzlich realgesellschaftlichen Freeride-Event Gang Battle die Seite *Mountainbiking*, die mittlerweile 2388 Biker aus dem gesamten deutschsprachigen Raum zusammenführt, gegründet. Da diese Gruppe geografisch weit gestreut ist, weist sie tatsächlich schon eher den Charakter eines Forums als den einer Social-Media-Seite auf.

Konkretes bietet *bikegruppe.at Mountainbike Austria* ihren 492 Mitgliedern: Diese mittlerweile 20 Jahre alte Institution findet sich seit geraumer Zeit auch in Facebook. Neben einer wöchentlichen Tour, die ganzjährig im Raum Wienerwald angeboten wird, reicht das Programm von Ausfahrten auf verschiedenen Leistungsniveaus über Fahrtechnikkurse bis hin zu Bike-Reisen im In- und Ausland, unter anderem in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Alpenverein Wien.

*Mountainbike Wien* wurde ebenfalls 2012 gegründet, ist aber rein technisch gesehen keine Gruppe, sondern eine Facebook-Seite, funktioniert aber sehr ähnlich. Unter dem Motto „Natur pur – erleben und genießen“ legt Robert Placek den Schwerpunkt auf Touren, an denen alle Genussradler (derzeit im Alter von 15 bis 73 Jahren) gemeinsam teilnehmen können. „Beim Rasten bzw. Zusammenwarten werden immer gute Tipps gegeben, die dann sofort beim Fahren umgesetzt werden. Das Tempo wird an die schwächeren Teilnehmer angepasst, und deshalb kann wirklich jeder dabei sein“, lautet das zufriedene Feedback eines Teilnehmers. Erhöhte Risikobereitschaft oder Wettkampfstimmung sind in dieser Gruppe laut Gründer nicht zu finden. Um die Angebote genießen zu können, werden laufend Tipps & Tricks bei »



„Wir wollen den Frauen den Einstieg in den Bikesport vereinfachen und eine Plattform für den Austausch von Wissen und Erfahrungen von Gleichgesinnten anbieten.“

Eva Rümmele, Velochicks



### Facebook MTB-Gruppen

- bikegruppe.at:**  
www.facebook.com/groups/bikegruppe
- Mountainbiking:**  
www.facebook.com/groups/mountainbikingEU
- Mountainbike Wien:**  
www.facebook.com/pages/Mountainbike-Wien/158760597492014
- Velochicks:**  
www.facebook.com/groups/122761418805
- Wienerwald Downhillgemeinde:**  
www.facebook.com/groups/446323535424612
- Trail Area Schöckl:**  
www.facebook.com/groups/160900727294498

den Ausfahrten und extra Fahrtechnik-Trainings offeriert. Dabei arbeiten die Guides auch mit Methoden aus dem Mental Coaching: „Wir helfen, die Gedanken und Vorstellungen gewinnbringend zu modifizieren, um für ein Mehr an Wohlbefinden zu sorgen. Fühlen sich Geist und Körper wohl, dann existiert auch die Lust und Freude am Biken. Gewonnen wird eben im Kopf“, erklärt Placek.

Natürlich wird auch die Interessensgruppe Downhill bedient. Die Wienerwald Downhillgemeinde (258 Mitglieder) oder Trail Area Schöckl (760 Mitglieder) organisieren zum Beispiel oft Fahrge-meinschaften zu Bikeparks und gemeinsame Free-ride-Trips, die sie auch auf ihren Feeds listen.

**Und die Frauen?** Kommunikations- und vernetzungsfähig und/oder -bedürftig, kamen Eva Rümmele und Freundinnen bereits 2005 (seit 2008 in Facebook) auf die Idee, die *Velochicks* (vorwiegend in Wien und Graz zu Hause) zu gründen, sich als MTB-Minderheit zusammenzuschließen und wohl auch ein wenig zu emanzipieren. Und dabei geht es nicht darum, dass nicht gerne mit Männern gefahren wird. Wissenschaftlich bewiesen, lernt frau anders, funktioniert die empathische Ebene anders und ist es einfach auch einmal fein, unter sich zu bleiben. Die mittlerweile 288 Bikerinnen haben hier viel Angebot: Neben den gemeinsamen klassischen Ausfahrten in verschiedenen Schwierigkeitsgraden und Rennradausfahrten werden auch Techniktrainings (CC und DH) auf verschiedenen

Niveaus sowie Reparatur- und Erste Hilfe-Workshops angeboten. Zusätzlich zu spezifischen Vorträgen und Seminaren bleibt aber auch genug Raum für Stammtische, Treffen und Partys – oder frau trifft sich am Semmering zum Nachtskilauf.

Dass die *Velochicks* sich sehr an den Bedürfnissen von Frauen orientieren, erkennt man nicht zuletzt auch daran, dass gerade eine Plattform für downhil-lende Mamas (und Papas) entsteht, die gemeinsames Biken am Semmering und gleichzeitiges, gegenseitiges Beaufsichtigen der Kids am Spielplatz oder im Kinderareal ermöglichen soll.

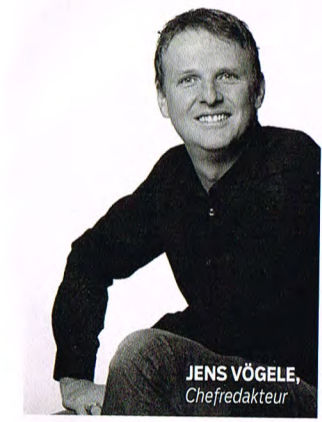
**Facebook verbindet. Sport kann das ebenso.** Beides zusammengenommen, können Menschen aus verschiedensten Berufs- und Altersgruppen nicht nur virtuell, sondern auch in der Realität zueinander finden und so im Idealfall auf mehreren Ebenen ihren Horizont erweitern. Und egal, ob hinter den Seiten einzelne Privatpersonen oder ganze Vereine stehen: Gemeinsam haben sie alle, dass sie für neue Mitglieder jeglichen Mountainbike-Niveaus offen sind und sich auf diese freuen – ob mit oder ohne Computer.

*Trotz intensiver Recherche inner- und außerhalb von Facebook gelang es uns nicht, Facebook-Plattformen für Mountainbike(r) im Westen Österreichs zu finden. Sollten diese existieren, würden wir uns über Infos darüber unter chiara@nr22.com freuen.*



Ab in den Urlaub: Die schönsten und unbeschwertesten Tage des Jahres stehen bevor.

# Einmal im Leben ...



JENS VÖGELE, Chefredakteur

**Das Leben ist zu kurz,** um schlechten Kaffee zu trinken, miese Musik zu hören, USB-Sticks sicher zu entfernen ... Es ist längst nicht mehr sonderlich originell, Gründe zu finden, wofür das Leben zu kurz ist. Aber es ist an der Zeit, mal genau zu schauen, was man in einem Leben als Mountainbiker alles gemacht haben muss. Nach intensiven Diskussionen in der Redaktion hat unser Autor Andreas Kern 20 Dinge aufgelistet, die zu jeder Biker-Karriere einfach dazugehören. Wenn ich mir das aus meiner ganz persönlichen Perspektive anschau, dann bin ich ei-

gentlich ganz zufrieden, dass ich einige meiner Pläne schon verwirklicht habe. Ganz weit vorne: das Erlebnis, nach einer Woche Alpen-cross in den Gardasee zu springen. Aber: Es gibt auch noch ganz schön viel, was ich noch machen muss und unbedingt erleben möchte. Einen Grund, sich zurückzulehnen, gibt es also nicht: einerseits, weil ich die Anzahl meiner Haken hinter der *MB*-Liste ab Seite 112 erhöhen will, andererseits, weil es noch ein paar Ziele gibt, die ich mir darüber hinaus ganz persönlich gesetzt habe. Und wie sieht das bei Ihnen aus?

**Was wollen Sie in Ihrem Biker-Leben alles noch machen und erreichen?**  
Schreiben Sie uns unter [www.mountainbike-magazin.de/einmal-im-leben](http://www.mountainbike-magazin.de/einmal-im-leben)

### MountainBIKE intern

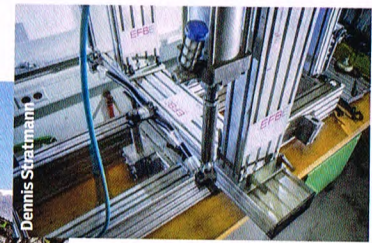
MountainBIKE-Autor Ralf Schanze kommt aus dem Pott. Und trotzdem wechselte er für seine Ruhrpott-Reisestory (ab S. 128) den Blickwinkel – und ließ einfach mal andere erzählen, wie gut man da biken kann. Muss wohl was dran sein. Wir jedenfalls sind davon überzeugt ...



Ralf Schanze



Christian Lampe



Dennis Spitzmann

Leichtbau und breite Lenker vertragen sich nicht. Warum, das erfahren Sie im großen Lenker- und Vorbau-Test. ▶▶▶ Seite 54

Kein Winter? Von wegen: Für die Fatbike-Reportage von Redakteur Chris Pauls im Südschwarzwald herrschten perfekte Bedingungen. Allerdings war's anstrengender als gedacht. Die Story dazu gibt's ab S. 64.



ab 0,83 € pro Ausgabe

### MB ALS APP

Alles, was das Heft bietet – und noch viel mehr: Die MountainBIKE gibt es auch auf dem iPad! Die Einzelausgabe gibt's für 3,59 Euro, das Jahresabo für 32,99 Euro. Print-Abonnenten bekommen eine Ausgabe schon für 83 Cent! Im digitalen Abo kosten drei Ausgaben 2,99 Euro oder zwölf Ausgaben nur 9,99 Euro. Die Leseprobe im App-Store ist gratis.

