

## Veranstungsbriefing

### Indian Summer Westerwald - MTB-Ladiescamp 'Bike, Flow & Wellness'

Bunte Wälder, eine tiefstehende Sonne - es ist unverkennbar, die MTB-Saison neigt sich im Oktober langsam dem Ende entgegen. Wir genießen an diesem Wochenende den Herbst in vollen Zügen und nehmen all die flowigen Trails des Westerwaldes unter unsere stolligen Reifen. 2,5 Tage lassen wir Bikerinnen es uns gutgehen und einfach die Seele baumeln - tagsüber auf dem Bike und nach der Tour in unserem Wellness- und Spa-Hotel ZUGBRÜCKE mit Pool, Sauna und Massagen.

Web-Adresse dieser Veranstaltung:

[https://www.mtb-xpert.de/westerwald/mtermin/womencamp\\_westerwald](https://www.mtb-xpert.de/westerwald/mtermin/womencamp_westerwald)



|                |  |
|----------------|--|
| Kondition:     | ♥♥♥♥♥  |
| Fahrtechnik:   | 🚴🚴🚴🚴🚴  |
| Dauer:         | 2.5 Tage   |
| Länge:         | 80 km  |
| Anstiege:      | 1650 HM  |
| Preis:         | 349,00 EUR (ggf. abzgl. Rabatt)                                      |
| Termin:        | Fr, 02.10.2020 um 15:00 Uhr<br>bis So, 04.10.2020 um 16:00 Uhr       |
| Treffpunkt:    | Hotel Zugbrücke Grenzau, Brexbachstraße 11<br>56203 Hörh-Grenzhausen |
| Kundenwertung: | ★★★★☆ (2)  |

Doppelt genussvoll - das ist das Ziel unseres Bike-Wochenendes im Westerwald. Neben drei MTB-Touren, die euch sicher das eine oder andere freudige Jauchzen entlocken werden, haben wir auch bei unserer Hotelauswahl ganz besonderen Wert auf das Plus an Entspannung gelegt. Unser Hotel ZUGBRÜCKE liegt nicht nur mitten im Grünen, sondern empfängt uns auch mit Pool, Sauna und Spa-Bereich inklusive Massagemöglichkeiten.

Freitag starten wir mit einer kleinen Einrollrunde Richtung Landshuber Weiher, auf der wir die Beine schon einmal für das anstehende Wochenende warm fahren und uns kennenlernen können. Nach dem gemeinsamen Abendessen setzen wir uns dann noch für einen kleinen Workshop "Worst Case on Tour - die Top 3-Reparaturen" zusammen und bequatschen zudem, wie wir unsere Bikes am besten hegen und pflegen - ganz gemütlich bei Wein und Knabberien.

Samstag geht es dann auf die flowigen Pfade des umliegenden herbstlichen Westerwald und hoch zur Burg Sayn. Zur Mittagseinkehr führt es uns in eine gemütliche Gaststätte in Sayn selbst. Ab dem frühen Nachmittag geht's zurück ins Hotel, wo wir uns dann ganz dem ausgiebigen Wellnessangebot unseres Hotels widmen!

Ihr möchtet eine Behandlung im Wellnessbereich buchen, wie eine Massage oder Gesichtsbehandlung? Schreibt uns gerne an [mailto:anfrage@mtb-xpert.de], wir kümmern uns um alles weitere!

Am Sonntag führt es uns aufwärts auf den Köppel. Auf 540 Metern erwartet uns hier ein fantastischer Ausblick und Hüttenfeeling. Danach geht es fluffig abwärts, bevor es langsam heißt: Abschied nehmen und ab nach Hause - oder einfach noch einmal ab in den Wellnessbereich, der uns bis zum Abend frei zur Verfügung steht.

## Ablauf

---

### Freitag: Warm-Up-Runde

Länge: 18 km  
Anstiege: 300 HM

- bis 15:15 Uhr: Anreise
- 15:30 Uhr: Bike-Check & Abfahrt zur Warm-Up-Tour: Heute geht's auf eine kleine Einrollrunde. Wir biken über den Reithof Flürchen zum Landshuber Weiher.
- ca. 18:00 Uhr: Rückkehr zur Unterkunft
- 19:00: Gemeinsames Abendessen
- 20:00 Uhr: Workshop "Worst Case on Tour - die Top 3-Reparaturen" bei Bier, Wein und Knabberein

### Samstag: MTB-Tour 'Weitblicke im Golden Summer'

Länge: 32 km  
Anstiege: 750 HM

- ab 7:30: vitales Bikerfrühstück
- 9:00 Uhr: Treffen, Bike-Check und Start der MTB-Tour: Durch die Brex geht's flowig zur Burg Sayn, einer im 12. Jahrhundert erbauten Stammburg der Grafen von Sayn-Wittgenstein, malerisch gelegen auf dem Bergrücken des Westerwälder Kehrbergs. Von hier aus genießen wir den Blick auf Koblenz und Neuwied und rollen langsam in Richtung unserer Mittagseinkehr. Nach einer kleinen Stärkung geht es im Großbachtal trailig aufwärts nach Höhr-Grenzhausen. Über einen kurvenreichen Abschlusstrail führt es uns am Ende unsere Tourentags zurück gen Zugbrücke.

- 12:30 Uhr: Mittagspause im Café Kleudgen oder der Gaststätte Lindenhof in Sayn
- 15:30 Uhr: Ende der Tour & Ankunft am Hotel
- ab 16:00 Uhr: Chill-Out im Spa-Bereich
- 19:30 Uhr: Abendausklang bei Pizza im BREXX

## Sonntag: MTB-Tour 'Rauf auf den Köppel'

Länge: 30 km  
Anstiege: 600 HM

- ab 7:30 Uhr: vitales Bikerfrühstück
- 9:15 Uhr: Start der MTB-Tour: Über den Limespfad geht es heute hinauf zum Köppel: mit 540 Metern unser höchster Punkt der Tour und immerhin die zweithöchste Erhebung der Montabaurer Höhe, eines langgestreckten Höhenzuges des Niederwesterwaldes. Die Köppelhütte erwartet uns mit einem fantastischen Blick, gemütlichem Hüttenflair und besten Speisen. Hier oben genießen wir die schöne Aussicht, bevor uns flowige Pfade weiter durch den Westerwald und zurück zur Zugbrücke tragen.
- 13:00 Uhr: Mittagspause
- 15:00 Uhr: MTB-Tourabschluss, Rückkehr zur Unterkunft & Goodbye oder Wellness

## Enthaltene Leistungen

---

### Betreuung & Guiding

- geführte Touren mit 2 qualifizierten Guides

### Unterkunft & Verpflegung

- 2 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Frühstück (Kategorie/Ausstattung siehe Unterkunft)
- Einzelzimmer gegen Aufpreis (begrenzt) möglich
- vielfältiges, vitales und reichhaltiges Frühstück
- Nutzung des Aviva Balancecenter mit Schwimmbad, Saunalandschaft, Sonnenterrasse, Whirlpool und Fitness-Studio
- sichere Bikegarage, Wasch- und Schrauberplatz
- Massagen auf Anfrage

## Guide/s

---



Chiara Eberle  
MTB-Fahrtechniktrainerin & Trailscout (DIMB)

Seit meinem 6. Lebensjahr bin ich begeisterte Mountainbikerin und habe in den 20 Jahren Bike-Erfahrung viele Höhen- und Tiefenmeter gesammelt, doch den Spaß am Biken nie verloren. Also lasst uns die Trails rocken und gemeinsam Spaß haben. Ich möchte Dir die schönen Trails zeigen und Dich in deiner sportlichen Entwicklung voranbringen.

bike your dream!



Eva Stetter  
Trailscout (DIMB)

Schon seit meinem ersten Sattelkontakt bin ich vollends bike-infiziert. So viel Zeit wie möglich verbringe ich seitdem hoch (und noch lieber tief) zu Rad und bin immer wieder aufs Neue erstaunt, wie schön doch unsere heimatlichen Gefilde sind. Am liebsten unterwegs bin ich in flowigem oder technisch anspruchsvollem Gelände und möchte euch gerne all die genialen Trails zeigen, die im schönen Rheinland und in meiner baldigen Wahlheimat - der Pfalz - so zu finden sind.

Du hast Fragen?

Du erreichst uns per E-Mail unter [anfrage@mtb-xpert.de](mailto:anfrage@mtb-xpert.de) sowie telefonisch unter 0175/7737771.