



## Diskussionen die niemals enden: Fahrtechnik vs. Federweg- Ein paar Statements

Es liegt in der Natur des Menschen unterschiedliche Meinungen zu haben, diese zu vertreten und natürlich auch über diese zu diskutieren. Über manche Themen wird schon seit Beginn der Menschheit ausgiebig diskutiert, so zumindest mein Eindruck.

Vor drei Wochen schlug ich die neue Ausgabe des [Gravity-Mags 6undzwanzig](#) auf, kurz das Inhaltsverzeichnis gecheckt und da war er, der Artikel, der sich wohl mit einer Lieblingsfrage aus der Bikeszene beschäftigt.

Der Autor Sebastian Labonte appelliert mit seinem Denkanstoß an die Einsteiger in der Szene. Viele seien mit **überdimensionierten** Rädern unterwegs, dessen Potenzial sie gar nicht ausschöpfen können. Die **Fahrtechnik** leide darunter, denn anstatt diese von der Pike auf zu lernen am Besten mit einem **Hardtail**, bügele man lieber mit viel Federweg alles platt, was einem Radfahrer so vor den Pneu komme kann. Trotz der ermahnenden Worte lässt aber **Labonte** eines nicht nicht außen vor, den Spaß am Radeln, denn das sei natürlich immer noch das Wichtigste.

Wir haben uns mal innerhalb unseres **Autorenteams** umgeschaut und nachgefragt, welche Haltung bei ihnen zu diesem Thema vorherrscht.

Weiter haben auch einige **Fahrtechnikexperten** ihre Meinungen zu Papier gebracht.

### **Dominik Voss, Autor bei Radblogs:**

*„Als XC-Wettkampffahrer muss ich einfach sagen, dass es nicht immer 150mm und mehr Federweg sein müssen. Das Bike sollte dem Einsatzbereich perfekt angepasst sein und das sieht man leider immer weniger. Ich bin nur auf einem 100mm Focus Hardtail unterwegs und liebes es einfach.*

*Die Beschleunigung des 9kg leichten Rades ist einfach genial. Nirgendwo geht Energie verloren. Das sind dann aber auch wohl die einzigen Vorzüge.*

*Im Downhill kann ich gegen die meisten Enduro und Downhillfahrer nichts ausrichten. Hier sollte der angehende MTBiker vor dem Kauf sehr genau abwägen, was ihm wichtig ist.*

*Sportliches fahren mit Augenmerk auf Fitness und körperlichen Leistungen oder eben fast ausschließlich Action und Adrenalinrausch beim Downhill. Beim XC bekomme ich sogar beides ☐*

*Die Beratung im Laden steht hier bei vielen Anfängern zuerst im Vordergrund.*

*Meiner Meinung nach ist diese oft unzureichend. Ich habe schon mehrmals gesagt bekommen oder miterlebt, dass Bikes unterhalb der 140mm Federwegmarke als nur noch forstwegtauglich degradiert werden.*

*Möchte ein Käufer auf die wurzeligen Trails, müssen es direkt 160mm sein.*

*Das finde ich falsch und die Vorzüge von 100-140mm Fullys sollten mehr in den Vordergrund gerückt werden. Bergauf ist es mit ihnen einfach deutlich entspannter und einfacher, wobei hingegen die Abfahrtsmöglichkeiten der Räder von nur wenigen komplett ausgenutzt werden.*

*Auf der anderen Seite steht natürlich der MTB Teenie Sektor.*

*Im Alter von 14 Jahren muss das Bike hier erst einmal nur „geil“ sein und ein langhubiges Downhillbike macht einfach mehr her und sticht besser aus der Fahrradmasse heraus.*

*Das die 18kg Panzer dann aber jedes Mal hochgeschoben werden müssen, bleibt anfangs außer acht. Nur die wenigen haben einen Bikepark vor der Nase und ohne Lift machen die 170-200mm Bikes in meinen Augen einfach keinen Sinn.*

*Die Diskussion bezüglich der Fahrtechnik möchte ich lieber nicht führen. Natürlich habe ich auf dem örtlichen Secret Downhillspot schon einmal einen 160mm Fullyfahrer mit meinem Hardtail überholt, aber meistens sieht die Sache doch ganz anders aus.*

*Wer jedoch viel fährt und trainiert, ist bergab auf seinem Gerät auch schnell.*

*Ein Fully hilft natürlich ungemein, aber ich will Endurofahrer definitiv nicht degradieren, dass sie weniger Fahrtechnik als wir XC Fahrer haben. Das ist viel zu individuell.*

*Sich in Steps auf mehr Federweg zu gewöhnen halte ich für unnötig. Wer Bock hat Enduro zu fahren, soll sich eins kaufen. Wer DH fahren möchte, soll auch damit anfangen. Wichtig ist dann aber eben, dass man es artgerecht nutzt und dann kommt die Fahrtechnik von alleine.“*



Mein Fazit:

„Jedes Bike hat seine Daseinsberechtigung und der Fahrer sollte eben sehr genau abwägen, was er sich zulegt.

Aber bitte beachtet, dass viel Federweg auch negativ zu Buche schlagen kann! Es müssen nicht immer 160mm Federweg sein, man kann es auf den meisten Trails sogar mit einem Hardtail krachen lassen. □

Ich bleibe definitiv hauptsächlich bei meinen XC Rennmaschinen mit 100mm Federweg.“

### **Detlef Kast, Chef bei Radblogs**

„Als AM-Fahrer habe ich für meine Bedürfnisse genügend Federweg zur Verfügung, kein Thema. Aber der Federweg allein macht das Fahren meiner Meinung nach nicht aus.

Fahrtechnik ist sehr wichtig, um auch in kritischen Situationen richtig reagieren zu können und um auch ein Feeling für sein Rad zu bekommen.

Es gibt Situationen, da bringt dir viel Federweg nicht wirklich was, sondern da kommt es auf die Fahrtechnik an.

Ich denke ein gute Mischung aus Fahrtechnik und Federweg ist schon mal eine gute Voraussetzung für sicheres Biken.“

### **Jan Zander, Trailtech Mountainbiking**

Gerade im Bikepark oder auf anspruchsvollen Trails sieht man immer eine Menge Biker, welche „passiv“ auf ihrem mit viel Federweg bestückten Rad den Berg herunter rollen, anstelle das Fahren „aktiver“ zu gestalten. Mein Tipp dazu: „Seit Kapitän, anstelle nur Passagier“

Mit einem Hardtail oder Bike mit weniger Federweg zu beginnen macht daher immer Sinn. Zumal diese Bikes allround-tauglicher sind, man längere Strecken fahren kann/ wird und dadurch auch viele verschiedene Untergründe bzw. Fahrsituationen erlebt = seinen Erfahrungsschatz erweitert. Immer nur am selben Spot bergab zu fahren schult dementsprechend nur sehr einseitig.

Mein Tipp:

So viele verschiedene Untergründe, Trails und Strecken fahren wie möglich um sich „breit aufzustellen“!

Wenn man dann letztlich das Gelernte auf ein Bike mit viel Federweg überträgt hat man definitiv mehr Spaß und ist auch wesentlich sicherer unterwegs. Ride On.“

### **Marc Brodesser, Bikeschule RideFirst**

Mit einem Hardtail als Einsteiger zu beginnen hat sicherlich den Vorteil, dass man sich direkt eine aktive Fahrweise aneignet und lernt eine saubere Linienwahl zu realisieren.

Wer jedoch beispielsweise mit einem All-Mountain-Fully startet, wird sich m.E. eher nicht nur auf die Federung verlassen – und ob man den Hinterbau auf sportlich straff oder komfortabel und jede Unebenheit schluckend einstellt, bleibt jedem je nach Vorlieben überlassen.

Ich habe auch erst mehrere Hardtails gefahren, bis mein erstes Fully angeschafft wurde.

Am Gardasee hatte ich 2001 ein Schlüsselerlebnis als ich auf den felsigen Trails das erste mal ein vollgefedertes Freeride-Fully mit 130 mm Federweg abwärts scheuchen konnte – die neuen Möglichkeiten in Sachen Linienwahl und weniger Gerüttel haben mich sofort zum überzeugten Fully-Fahrer gemacht.

### **Iris Ohlig, die Bergziegen**

Lernt erst mal mit wenig Federweg – am besten auf einem Hardtail – die Fahrtechnik und den Blick für die gute Linie im Trail. Wer das dann beherrscht und Spaß am Downhillen bekommen hat, kann sich ja immer noch mehr Federweg zulegen.

Dann ist aber sichergestellt, dass die Technik sitzt und unverhofft schwierige Stellen souverän gemeistert werden.

Ich komme mit meinen 100 mm vorne und hinten wunderbar in allen Lebenslagen zurecht. Und wenn es mal mehr Spaß sein soll im Bikepark oder in einem besonders geilen schweren Downhill im Urlaub, dann leihe ich mir ein Bike mit entsprechendem Federweg.....



### **Ralf Bielawny, Berg Rad Touren**

*In unseren Seminaren stellt sich heraus, dass viele Teilnehmer keine Fahrtechnik beherrschen und sich zunehmend auf 29 Zoll Bikes bewegen.*

*Hindernisse werden einfach überfahren. Hinzu kommt, dass die Federwege der Bikes nicht auf den Fahrer abgestimmt sind, da das Wissen darüber fehlt. In unseren Seminaren lernen die Teilnehmer die Fahrtechnik, wie wir es mit den ersten ungefederten Bikes Anfang der 90er Jahr erlebt und erlernt haben.*

*Daher verzeichnen wir auch ein hohes Zulauf an Mountainbiker, die die richtige Fahrtechnik erlernen möchten. Im Gegensatz dazu nehmen die geführten Touren immer mehr ab, da die Elektronik(GPS) immer mehr Einzug hält.*

Viel Federweg führt vor allem bei jungen Bikern zu „wildes fahren“ ohne Rücksicht auf Natur und Umwelt. Gerade in Ballungsgebieten fehlen professionelle Bikeparks.

### **Tobias Krause, TrailXperience**

*Viel Federweg – gepaart mit wenig fahrtechnischem Hintergrund – ergibt eine sehr passive, undynamische und meist grundlegend falsche Fahrtechnik, die später nur mühsam wieder zu korrigieren ist! Einsteiger tun sich oftmals leichter, eine gute Position auf dem Bike einzunehmen als Fahrer, die lange falsch auf einem langhubigen Bike unterwegs waren.*

Nach unseren Erfahrungen hat ein durchschnittlicher Tourenfahrer oftmals eine bessere Fahrtechnik als ein durchschnittlicher Bikepark-Fahrer!

Heißt nicht, dass der Tourenfahrer die gleichen Sachen fährt, es geht um die Position auf dem Bike und mit dessen Umgang.

Im Regelfall raten wir den Kunden zu einem Bike mit weniger Federweg, wenn sie fragen, mit welchem Bike sie zum Kurs oder zum Camp kommen sollen!

Besser sie üben mit dem Feedback gebenden 120-140mm Bike als mit dem 180mm Freerider (auch wenn sie mit dem öfter unterwegs sind)

Für Kinder & Jugendliche finden wir die Entwicklung schade, weil Kids oft von Haus aus eine gute Position auf dem Bike haben, die leider durch mangelnde Anleitung und zu früh zu viel Federweg wieder verloren geht!

Tja, und meine eigene Meinung dazu:

„Egal wie ihr fahrt und was ihr fahrt, habt einfach Spaß dabei!“

Ich finde einfach, dass jeder sein Ding machen sollte, nicht nur beim Biken sondern Allgemein und sich nicht so von anderen beeinflussen lassen sollte.

### **Und jetzt zu euch.**

#### **Was ist eure Meinung zu dieser endlosen Diskussion?**

