



## Der MTB Sport

....die wohl vielseitigste Radsportart. Um den Überblick über die Disziplinen behalten zu können, gibt es hier eine aktuelle, kurze und einfache Übersicht für Newcomer.

# Teil 2: Die Gravity Disziplinen

## Enduro

Diese Disziplin ist noch relativ neu und es gibt noch sehr wenige Rennen in Deutschland, ganz zu schweigen von einem Weltcup oder nationalen Meisterschaften.

Erst seit diesem Jahr gibt es überhaupt eine internationale Enduro Enduro Serie, die World Enduro Series mit 7 Rennen in Italien, Frankreich, den USA und Canada.

Die wohl bekannteste Serie im deutschsprachigen Raum ist die Specialized SRAM Enduro Series.

Wir haben bereits vom Finale berichtet.

Da die Reglements der Rennen noch sehr verschieden sind, werde ich mich bei der Erklärung hauptsächlich auf diese Serie beschränken.

Anders als bei XC Rennen werden fast keine gezeiteten Höhenmeter absolviert. Die Rennen sind circa 30km lang und enthalten bis zu sechs Wertungsprüfungen mit je circa 2 Minuten Fahrzeit auf fahrtechnisch anspruchsvollen Abfahrten und Trails. Die Transferetappen zwischen den Prüfungen werden im Ergebnis nicht berücksichtigt.

Im Gegensatz zu DH-Rennen können die Wertungsprüfungen auch kurze Gegenanstiege enthalten (Anteil bis zu 20%).

Folglich gilt es mit einem Bike anzutreten, das wendig, leicht genug zum Pedalieren ist und dennoch genug Federweg (meist 160 bis 180mm) für die schwierigen Abfahrten bereithält.

Bei den deutschen Rennen darf die Strecke vor dem Rennen besichtigt werden. Insgesamt ist dies in Europa noch nicht der Standard.

Viele Profis und Amateure hoffen darauf, dass der besondere Spirit der Sportart erhalten bleibt. Die anderen MTB-Disziplinen betiteln manche als zu gezwungen und stressig. Enduro ist für viele eher ein Lifestyle des puren Mountainbikens. Es ist auf keinen Fall ein Kommerzevent und auch kein verbissener Höchstleistungssport, sondern eben einfach entspannt. Es bleibt abzuwarten, in welche Richtung sich die junge Disziplin bewegen wird.

[Riva Specialized Enduro Ride - Bauchbinden Edition](#) von [Thomas](#) - mehr [Mountainbike-Videos](#)

## Fourcross (4X)

Beim Fourcross starten 4 Fahrer gleichzeitig auf einer breiten und circa 500m langen, abschüssigen Strecke im Ko-System. Gestartet wird an einem elektronischen Gate, das von einer steilen Startrampe gefolgt ist. Die Strecke ist gespickt mit engen Kurven, meterhohen Sprüngen und kann auch Steinfelder enthalten. Unzählige Überholmanöver machen die Rennen sehr spannend und dafür ist die Strecke auch stets breit genug.

Als Bike wird meist ein 100mm Hardtail genutzt. Die Rahmen sind Dirtbikes sehr ähnlich aber verstärkt und lauffruhiger.

In Deutschland gibt es eher wenige Rennserien und leider wurde erstmals 2012 keine Weltcupssaison mehr ausgetragen.

Bei Zuschauern war die Disziplin extrem beliebt aber offiziell sind die zu hohen Kosten nicht länger tragbar, so der zuständige Weltradsportverband UCI.

Mit der 4X Pro Tour gibt es dennoch weiterhin eine hochkarätige Möglichkeit den Sport international voranzutreiben.

## Downhill (kurz DH)



Die reine Abfahrtsdisziplin des MTB Sports genießt immer mehr Aufmerksamkeit und keine andere Disziplin hat eine so große mediale Präsenz.

Dies ist wohl der einfach unübertreffbaren Action zu verdanken. Mit Fahrzeiten von 2 bis 5 Minuten rasen die Sportler mit bis zu über 70km/h über so ziemlich alles hinweg.

Die extreme Leistung der Sportler lässt sich am Besten im Video beweisen.

Die Bikes besitzen circa 200mm Federweg und das Gewicht ist zweitrangig. Das Fahren in der Ebene oder bergauf ist mit ihnen nur bedingt möglich.

Mittlerweile gibt es mehrere Rennserien in Deutschland. Zu nennen ist hier neben der nationalen Meisterschaft z. B. der IXS Deutschland Cup. Weltcuprennen sind seit langer Zeit etabliert und ein riesen Spektakel.

[red\_box] -> [hier gehts zum Teil 1](#)

[/red\_box]

