
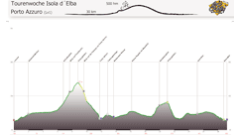
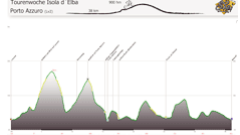
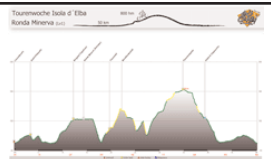
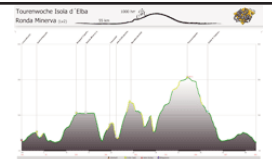
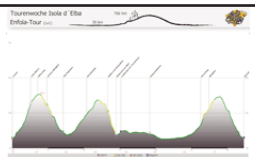
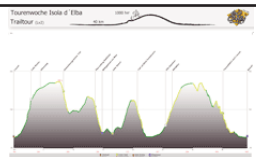



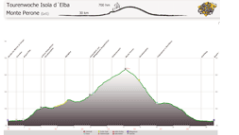
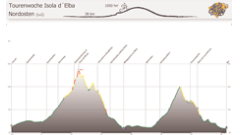

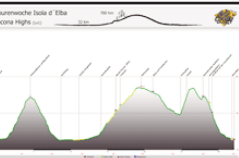
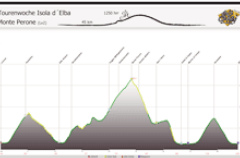


Tag	Level 1		Tourenwoche Isola d´Elba		Level 2		
	km	hm			hm	hm	
1	<b>Anreisetag</b>						
	Der erste Tag steht zur Anreise zur Verfügung. Anreise bis 18.00 Uhr. 19.00 Uhr treffen wir uns im Strandrestaurant zum gemeinsamen Abendessen. Die Bungalows können offiziell ab 16.00 Uhr bezogen werden, in der Regel sind sie jedoch ab 13 Uhr bezugsbereit. Teilnehmer mit gebuchter Anreise im Go Crazy Minibus treffen sich am Anreisetag um 02.00 Uhr in Eschborn/Süd bei Frankfurt. Nähere Angaben zum diesem Treffpunkt und eine Anfahrtsbeschreibung für Gäste mit eigener Anreise verschicken wir ca. 2 Wochen vor Reisebeginn per Post oder Email.						
2	30	500	<b>Porto Azzurro</b>	<b>Porto Azzurro</b>	38 ▶	900▲	
	Schöne Opening-Tour zu einem der schönsten Häfen der Insel. Vergnügliches Einrollen entlang der kurvenreichen Küstenstraße. Zunächst über eine Schotterpiste und später einen Karrenweg geht es bergauf zu einem Pinienplateau. Lohn der Mühe ist ein fantastischer Blick auf das tiefblaue Meer und das malerische Porto Azzurro. Die anschließende, teils knifflige Abfahrt pöfzelt in einer vergnüglichen Treppenpassage mit langen Stufen. Weiter geht der Spaß auf einem schön angelegten Weg entlang von Felsklippen. So umrunden wir die mächtige Festung oberhalb des Hafens. Für eine Weile verläuft die Route nun leicht ansteigend dem Verlauf der felsigen Ostküste folgend. Zum Picknick geht es auf einer Lehmstufe hinab zum Strand. Auf dem Rückweg besuchen wir die gut geschützte Bucht von Porto Azzurro. Beim obligatorischen Cappuccino und leckerem Gelati lässt sich das bunte Treiben auf der Piazza gut verfolgen.			Schöne Opening-Tour zu einem der schönsten Hafenstädtchen der Insel. Kurz nach dem Start stehen bereits die ersten Höhenmeter auf der Jobliste, immer mit wechselnden Ausblicken auf unsere Bucht. Lohn der Mühe ist schließlich ein fantastischer Blick auf das malerische Porto Azzurro. Die anschließende, teils knifflige Abfahrt pöfzelt in einer vergnüglichen Treppenpassage mit langen Stufen. Weiter geht der Spaß auf einem schön angelegten Weg entlang von Felsklippen. So umrunden wir die mächtige Festung oberhalb des Hafens. Für eine Weile verläuft die Route nun leicht ansteigend dem Verlauf der felsigen Ostküste folgend. Zum Picknick geht es auf einer Lehmstufe hinab zum Strand. Auf dem Rückweg besuchen wir die gut geschützte Bucht von Porto Azzurro. Beim obligatorischen Cappuccino und leckerem Gelati lässt sich das bunte Treiben auf der Piazza gut verfolgen.			
							
3	50	800	<b>Ronda Minerva (Neu)</b>	<b>Ronda Minerva (Neu)</b>	55 ▶	1000▲	
	Neu arrangierte Tour zur Halbinsel Calamita und den ehemaligen Eisenerz Förderanlagen der Insel. Wir starten leicht wellig entlang der schönen Küstenlinie. Die sich anschließende Auffahrt endet in einem typischen Bergdörfchen, dem ehemaligen Künstlerort "Capoliveri" und Tor zur Halbinsel Calamita. Hier beginnt eine breite Schotterpiste, die ehemalige Minenstraße "Strada Minerva". Atemberaubende Ausblicke auf die Felsküste und die tief unter uns liegenden Buchten verzücken die Betrachter und füllen die Speichermedien der Kameras. Auf einem gut fahrbarem Traumtrail passieren wir Relikte aus Elbas Eisenerz Epoche. Vorbei an uralten Erzwagons und Förderanlagen folgen wir mit stetigem Meerblick der stark zerklüfteten Küstenlinie. Immer wieder eröffnen sich neue tolle Ausblicke auf die verschiedenen Küstenabschnitte und Buchten. Auf dem Rückweg gönnen wir uns auf der Piazza von Capoliveri noch den obligatorischen Cappuccino und ein Gelati.			Neu arrangierte Tour zur Halbinsel Calamita und den ehemaligen Erzförderanlagen. Wir starten leicht wellig entlang der schönen Küstenlinie. Die sich anschließende Auffahrt endet in einem typischen Bergdörfchen, dem ehemaligen Künstlerort "Capoliveri" und Tor zur Halbinsel Calamita. Hier beginnt eine breite Schotterpiste, die ehemalige Minenstraße "Strada Minerva". Atemberaubende Ausblicke auf die Felsküste und die tief unter uns liegenden Buchten verzücken die Betrachter und füllen die Speichermedien der Kameras. Auf einem sehr gut fahrbarem Traumtrail passieren wir Relikte aus Elbas Eisenerz Epoche. Vorbei an uralten Erzwagons und Förderanlagen folgen wir dem Pfad mit stetigem Blick auf die stark zerklüftete Küstenlinie. Es folgt die Umrundung des Mte. Calamita. Auf den Spuren des MTB-Worlucups von 1994 eröffnen sich immer neue Blickwinkel auf das gegenüber liegende Festland, die verschiedenen Küstenabschnitte und Yachthäfen. Auf dem Rückweg gönnen wir uns auf der Piazza von Capoliveri noch den obligatorischen Cappuccino und ein Gelati.			
							
4	35	750	<b>Ronda Enfola (Neu)</b>	<b>Trailtour (Neu)</b>	40 ▶	1000▲	
	Diese neue Tour führt uns über viele schöne Wege zur Nordküste. Doch erst die Arbeit dann das Vergnügen. Nachdem die Flughöhe am Steinbruch fast erreicht ist geht es auf einer breiten Piste leicht ansteigend weiter. Bald liegt der erste Traileinstieg vor uns. Wir folgen dem sehr gut fahrbaren, lenkerbreiten Pfad im Zickzack bergab durch den dichten Wald. Vorbei an Napoleons Villa gehts langsam aber stetig wieder bergauf. Ein weiterer schmaler Weg entlang einer Klippe wird gegen Ende knifflig und endet quasi auf der Terrasse unseres Restaurants. Mittagspause mit Meerblick. Die Kalorien werden wir bald wieder los. Auf weiteren schönen Wegen leicht bergauf und bergab vergnügen wir uns im Verlauf des frühen Nachmittags.			Diese neue Traumtour führt uns über viele Trails zur Nordküste. Doch erst die Arbeit dann das Vergnügen. Nachdem die Flughöhe am Steinbruch fast erreicht ist geht es auf einer breiten Piste leicht ansteigend weiter. Dann liegt der erste Traileinstieg vor uns. Wir folgen dem überwiegend gut fahrbaren, lenkerbreiten Pfad im wilden Zickzack durch den Wald bergab. Hände, Unterarme und Schulterpartien ausschütteln und weiter gehts bergauf zum nächsten Einstieg. Ein anfänglicher Flowtrail entlang einer Klippe wird gegen Ende knifflig und endet quasi auf der Terrasse unseres Restaurants. Mittagspause mit Meerblick. Die Kalorien werden wir bald wieder los. Mit weiteren Trails bergauf und bergab bespassen wir uns im Verlauf des frühen Nachmittags. Für die finale Abfahrt müssen wir uns nochmals kurz auf einer geil steilen Lehmstufe bergauf mühen. Aber dann....mit fantastischen Blicken auf unsere Bucht fliegen wir der Strandbar entgegen...yeah....geiler Tag.			
							
5	<b>Bikefreier Tag:</b> Der heutige Tag steht zur freien Verfügung. Besichtigung und Einkaufsbummel in Portoferraio sind möglich. Auch ein relaxter Tag am Strand liegt hoch in der Gunst der Teilnehmer. Auf Wunsch organisieren wir einen geselligen Grillabend, inkl. vergnüglichen "gemeinsamen" Schnippeln und Zubereiten ab 18.00 Uhr.						

Tag	Level 1		Tourenwoche Isola d'Elba		Level 2		
	km	hm			hm	hm	
6	30	700	Monte Perone	Der Nordosten	38 ▶	1050▲	
	<p>Schöne Tour zum zweithöchsten Berg der Insel. Die bekannte Passstraße die den Bezirk Lacona mit dem benachbarten Marina di Campo verbindet bezwingen wir heute entspannt im Minibus. Vorbei am Airport Elba und am Ende des kurzen Rollfeldes beginnt die abwechslungsreiche Auffahrt. Sandstein- und Lehmipisten schlagen wilde Harken durch die im Vergleich üppige Vegetation der Nordküste. In einem kleinen Bergdorf mit fantastischem Ausblick auf die Küste und das Festland gegenüber verweilen wir zur Mittagspause. Den Rest des Berges nehmen wir auf einem schmalen Asphaltsträßchen durch Kastanienwälder, jeder in seinem Tempo. Für die spaßige Abfahrt ist eine breite, griffige Sandsteinpiste gewählt. Wir erreichen Marina de Campo und auch dort lässt sich an der Uferpromenade ganz prima Cappuccino und Gelati genießen. Unser Minibus ist auch nicht mehr weit entfernt....</p>			<p>Bildgewaltige Traumtour entlang eines Bergkamms mit teils alpinen Eindrücken und vielen Trails. Über eine Schotterpiste erreichen wir einem Höhensattel zwischen Portoferraio und Porto Azzurro. Hier beginnt ein teils anspruchsvoller Höhenweg entlang mehrere Gebirgsgrate die die Gipfel des Nordosten Elbas mit einander verbinden. Traumhafte Ausblicke zu beiden Seiten entschädigen für die anstrengende Auffahrt und die kurzen Schiebe- und Tragepassagen (3 x 10min.). Bei guter Sicht erkennt man das Festland am Horizont. Die Abfahrt fällt nicht weniger spektakulär aus. Ein anfänglicher Flowtrail schneidet messerscharf eine schroffe Bergflanke in Richtung Küste. Nur die letzten 80 hm sind erfahrenen und beherzten Spezialisten vorbehalten. Einige verblockte Passagen und Spitzkehren mit Stufen im Scheitelpunkt erfordern sehr präzises Lenken, Timing und Balance. Wer hier schiebt ist nicht viel langsamer, aber entspannter unterwegs. Dann noch ein Stück Schotterpiste entlang der Küstenlinie und die verdiente Mittagspause am Meer ist erreicht. Zurück geht es durch das Inselinnere mit seinen vielen Bauernhöfen, Olivenplantagen und Weingüter.</p>			
							
7	32	700	Lacona Highs	Monte Perone	45 ▶	1250▲	
	<p>Nach dem gemeinsamen Frühstück und nach einer kurzen Einrollphase steht bald Arbeit auf dem Plan. Wir überwinden unseren Hauspass auf immerhin 263 m. Der Passo di Monumento trennt die Bezirke Lacona und Marina di Campo. Nach dem obligatorischem Verschnaufpüschchen auf der Passhöhe rauschen wir guter Dinge talwärts. Weiter gehts durch die Ebene am Elba Airport vorbei. Etwas später steigt der Weg langsam wieder an. Die anfängliche Schotterpiste wird zum holprigen Karrenweg. Gelegentlich eröffnen sich tolle Ausblicke auf den Mte.Perone. Wir erreichen einen breiten Höhenweg dem wir überwiegend leicht bergab folgen. Nach dem Colle Reciso wechseln wir wieder auf die Nordseite und genießen die Ausblicke auf Portoferraio. Dann wird es ein letztes Mal anstrengend. Auf einer griffigen, aber steilen Lehmipiste gehts von Pinien gesäumt bergauf. Vorbei an einem Pferdegestüt und über einem letzten Höhensattel erreichen wir wieder die Südküste. Großes Finale und fantastische Ausblicke auf unsere Bucht und die kleinen Nebenstrände. Ein gelungener Abschluss unserer Tourenwoche auf Elba.</p>			<p>Facettenreiche Abschlusstour zum zweithöchsten Berg der Insel. Zunächst erarbeiten wir uns den Hauspass der den Bezirk Lacona vom benachbarten Marina di Campo trennt. Auf der Passhöhe besser noch nicht frohlocken....über einen alten Karrenweg geht es noch weiter bergauf. Ebenfalls über Karrenwege windet sich die Route bergab Richtung Elba Airport. Am Ende des kurzen Rollfeldes beginnt die abwechslungsreiche Auffahrt zum zweithöchsten Berg der Insel. Sandstein- und Lehmipisten schlagen wilde Harken durch die im Vergleich üppige Vegetation der Nordküste. Mittagspause ist auf halber Höhe in einem kleinen Bergdorf mit fantastischem Ausblick. Den Rest des Berges nehmen wir auf schmalen Asphaltsträßchen durch Kastanienwälder. Für die spaßige Abfahrt ist eine griffige Sandsteinpiste mit leichten Wellen und vielen Kurven zum Driften gewählt. Spezialisten nutzen die Geländewellen für kleine Sprünge. Wir erreichen Marina de Campo und auch dort lässt sich an der Uferpromenade ganz prima Cappuccino und Gelati genießen....wenn sich die Hände von langen Abfahrt erholt haben.</p>			
							
8	<p><b>Abreisetag: Individuelle Heimreise. Die Bungalows müssen bis 10.00 Uhr geräumt werden. Frühstart für die Mitfahrer des Go Crazy Minibus. Wir nehmen eine der ersten Fähren gegen 05.00 Uhr.</b></p>						
Anforderung	<p><b>Level 1</b>  - Grundkondition und Grundsportlichkeit,  - etwas Erfahrung im unbefestigten Gelände,  - Kenntnisse der Fahr-, Brems- und Schalltechnik beim Mountainbiken  - vorzugsweise an einem Lv1-Fahrtechnik-Seminar teilgenomme</p> <p>max. 6 km/h bei 2 - 3 % Steigung,  max. 4 km/h bei 6 % Steigung,  max. 2 km/h bei 9 % Steigung</p>			<p><b>Level 2</b>  - gute Kondition (regelmäßig 2 x Biken pro Woche),  - gute Bikebeherrschung auf unbefestigten Wegen und SingleTrails  - fortgeschrittene Fahrtechnik,  - vorzugsweise an einem Lv2-Fahrtechnik-Seminar teilgenommen</p> <p>max. 9 km/h bei 2 - 3 % Steigung,  max. 6 km/h bei 6 % Steigung,  max. 3 km/h bei 9 % Steigung</p>			<p>Die genannten Parameter lassen sich am besten mit den BikeComputern von CICLO CM 414/434 Alti oder von VDO MC1.0+ nachvollziehen. Diese Modelle beherrschen die gleichzeitige Anzeige von Geschwindigkeit und Steigung. So ist es möglich, bereits im Vorfeld der Tour zu prüfen ob man der Anforderung hinsichtlich des Tempos entspricht. Während der Tour kann man ebenfalls mitverfolgen ob sich die Gruppe innerhalb dieser Parameter bewegt.</p>
	<p><b>Maximal gefahrene Geschwindigkeit auf unbefestigtem Untergrund bei jeweiliger Steigung.</b>  Auf durchgängig harten Schotterwegen und auf Asphalt kann das Tempo bis zu 3 km/h höher sein.</p>						
<p>www.go-crazy.de</p>							