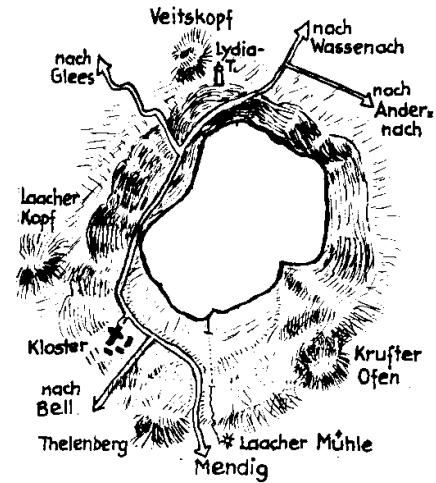




32. Mountain Bike Camp des Team Jugendpflege/Jugendschutz 2026



Rund um den Laacher - See

Vom **13.05.** bis **16.05.2026**
im Laacherseehaus
der Naturfreunde NRW e.V.

Veranstalter:

Kreisverwaltung des Rhein-Lahn-Kreises
Team Jugendpflege/Jugendschutz
56130 Bad Ems
Tel. 02603/972-239 o. -539 o. -439
e.mail: uwe.zissener@rhein-lahn.rlp.de

Verantwortliche Referenten:

Karl-Heinz Schreiber
Zoé Göttert
Thomas Konschak



Abtei Maria Laach

Inhaltsverzeichnis

- I. Einleitung
- II. Zeugliste
- III. Zeitplan
- IV. Erster Tag
- V. Zweiter Tag
- VI. Dritter Tag
- VII. Vierter Tag
- VIII. Abreise
- IX. Streckenprofile
- X. **Formalitäten (Einverständniserklärung und Datenblatt)
Muß unbedingt ausgefüllt werden!!**

INFO:

Der Teilnehmerbeitrag in Höhe von 110,00 € ist beim Vortreffen oder am Starttag mitzubringen.

I. Einleitung

Zum 32. Mal findet nun das Mountain-Bike-Camp des Teams Jugendpflege/ Jugendschutz der Kreisverwaltung des Rhein-Lahn-Kreises statt.

Zum 29. Mal „Rund um den Laacher See“.

Nachdem die Camps in den letzten Jahren so erfolgreich verlaufen waren, ist es den Organisatoren in diesem Jahr nicht schwergefallen, sich wieder einmal für die vordere Vulkaneifel zu entscheiden.

Wir werden im Laacher See Haus der Naturfreunde Deutschland e.V. wohnen. Die gute Atmosphäre in diesem Haus und das immer freundliche und zuvorkommende Personal, den Herbergsvater und seine Familie nicht zu vergessen, hat uns die Auswahl zusätzlich erleichtert. Den letztendlichen Ausschlag für den Laacher See, gaben natürlich die wunderschöne Landschaft und die durchaus anspruchsvollen Routen, die wir zum Mountain biken benötigen.

In diesem Jahr sind wieder 3 feste Touren geplant. Wir steuern, wie schon in den letzten Jahren üblich, einige Sehenswürdigkeiten an. Besonders zu erwähnen sind hier der Lydiaturm auf dem Veitzkopf, das ehemalige Wasserschloss Kreyer Hof, die Burgruine Olbrück, die Abtei Maria Laach und noch einige andere Orte auf den verschiedenen Strecken.

Nun aber los in unsere diesjährige Tour. Auf den nächsten Seiten findet Ihr ausführliche Informationen zur Tour.

Bad Ems, 02.01.2026

Karl-Heinz Schreiber

Uwe Zissener

II. Zeugliste

- **sicheres und in einem einwandfreien Zustand befindliches Mountain-Bike**
- **Fahrradhelm, evt. Sonnenbrille o. Schutzbrille**
- **Trinkflasche, mind. 0,5 l, besser 0,75 l**
- **1 Ersatzschlauch, Fahrradschloss**
- **Rucksack mit Bauchgurt** (für Tagesverpflegung und Regenkleidung)
- **Regenkleidung** (leichte Regenjacke auch als Windschutz bei Abfahrten nötig)
- **ausreichend Kleidung zum Wechseln**
- **Badesachen (nötig bei schlechtem Wetter, evtl. Schwimmbadbesuch)**
- **Handtücher**
- **Hygieneartikel (Zahnbürste, Zahnpaste, Duschgel usw.)**



Diese Liste erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit, listet jedoch die mind. Ausrüstung auf.

Wichtige Unterlagen bitte in einem verschlossenen Briefumschlag mit Namen den Kindern mitgeben:

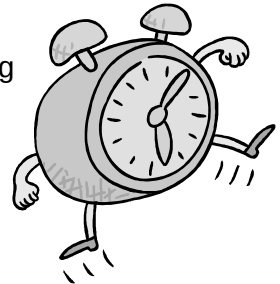
- Krankenversicherungskarte
- Impfbuch
- **In einem weiteren extra Umschlag mit Namen die, 110,00 € Teilnehmerbeitrag**

Bitte unbedingt beachten!!!!

III. Zeitplan

Wir treffen uns am Mittwoch, den **13.05.2026**, nachmittags um **15.00 Uhr** am Kreishaus in Bad Ems. Dort werden wir die Bikes verladen und dann fahren wir gemeinsam zum Laacher See Haus.

Die Heimfahrt ist für Samstag, den **16.05.2026**, am frühen Nachmittag (**ca.13.00 Uhr**) geplant. **Eure Eltern sollten gegen 13.45 Uhr am Kreishaus in Bad Ems sein, um euch abzuholen.**



IV. Erster Tag

Nach der Ankunft im Naturfreundehaus werden wir die Zimmer beziehen. Nachdem wir damit durch sind und wir alle Bikes auf ihren ordnungsgemäßen Zustand überprüft haben, starten wir unsere erste kleine Tour zur Eingewöhnung. Diese Tour dient insbesondere dazu, dass wir uns ein Leistungsbild von der Gruppe machen können, um die Möglichkeiten des Einzelnen für die beiden folgenden Tage zu bewerten.

Wir werden auf der gesamten Strecke einen Höhenunterschied von ca. 254 m erklettern, ebenso können wir uns auf schöne Abfahrten freuen die ca. 240 m Höhenunterschied beinhalten. Die Strecke hat eine Länge von ca. 15 km (Verlängerung der Strecke auf Anfrage und bei einer ausreichenden Beteiligung möglich).

V. Zweiter Tag

Nach dem Frühstück starten wir zu unserer ersten großen Tour. Sie führt uns auf ca. 35 km Länge durch zwei schöne Tallandschaften und über ein Hochplateau zurück zum Ausgangspunkt. Wir werden insgesamt fast 560 Höhenmeter zu bewältigen haben. Rasante Abfahrten sind in dieser Strecke aber auch enthalten, so geht es von einer Höhe von 366mNN ins Tal auf eine Höhe von 120mNN. Ein Streckenprofil befindet sich im Anhang.

VI. Dritter Tag

Ebenfalls nach dem Frühstück starten wir an diesem Tag zu unserer „Königsetappe“. Diese hat eine Länge von ca. 42 km und es sind ca. 797 Höhenmeter zu überwinden. Der längste Anstieg ist direkt am Anfang. Auf einer Länge von 12 km werden wir an die 300 Höhenmeter erklimmen. Abfahrten sind hier auch in einer großen Zahl vertreten und sorgen bei ca. 750 m Höhenunterschied für ausreichend Erholung. Es ist jedoch davon auszugehen, dass diese Strecke uns stark fordern wird. Aus diesem Grund besteht die Möglichkeit nach ca. 35 km eine Verkürzung um ca. 10 km vorzunehmen, falls dies von einer ausreichenden Zahl Teilnehmern gewünscht wird. Ein Streckenprofil befindet sich in der Anlage.

VII. Vierter Tag

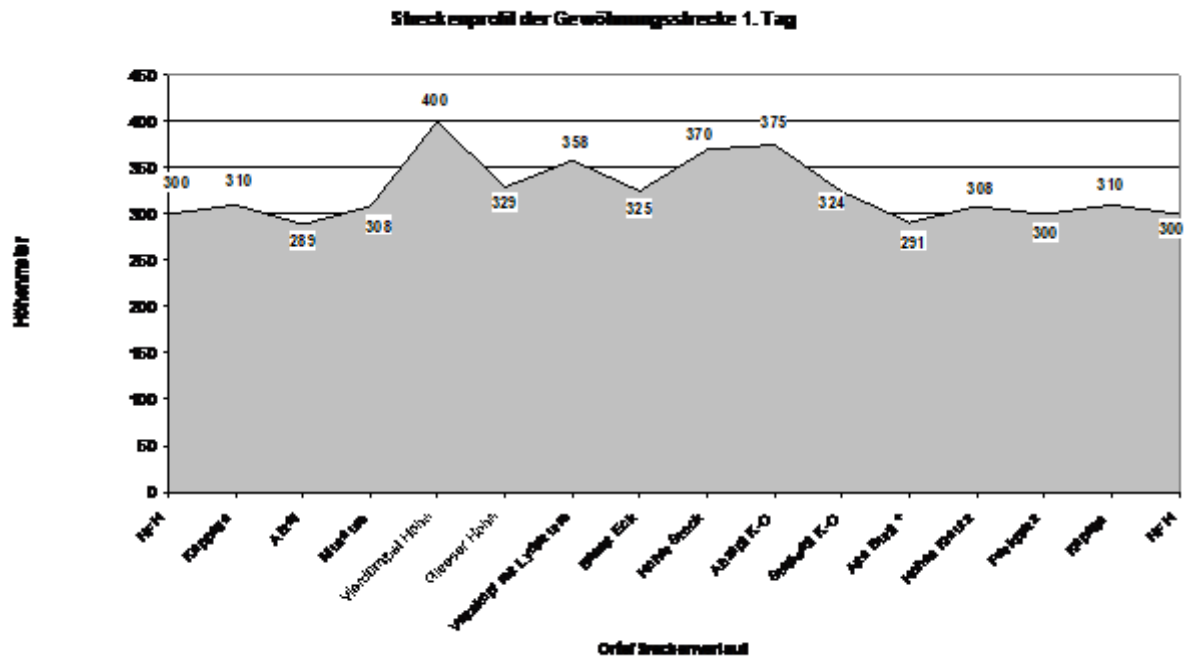
Dieser Tag wird nicht abschließend geplant, sondern soll die Möglichkeit geben die Route spontan zu bestimmen. An diesem Tag stehen auch maximal 1,5 Std. fürs Fahren zur Verfügung.

VIII. Abreise

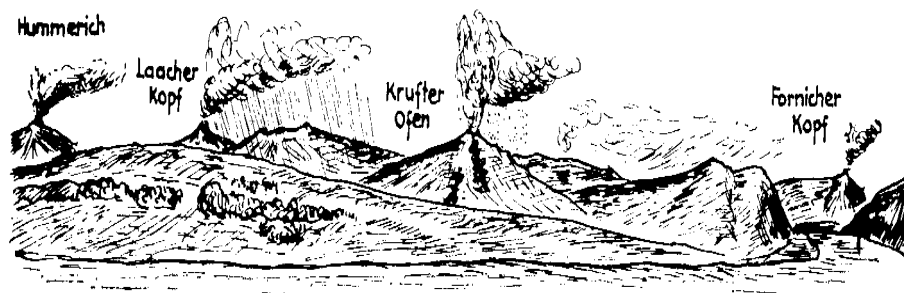
Am Abreisetag müssen die Zimmer morgens sofort geräumt und besenrein verlassen werden. Das Gepäck wird im Gruppenraum aufbewahrt. Die Abreise erfolgt nach einem gemeinsamen Mittagessen. Der genaue Ablauf wird bei den Vortreffen besprochen.



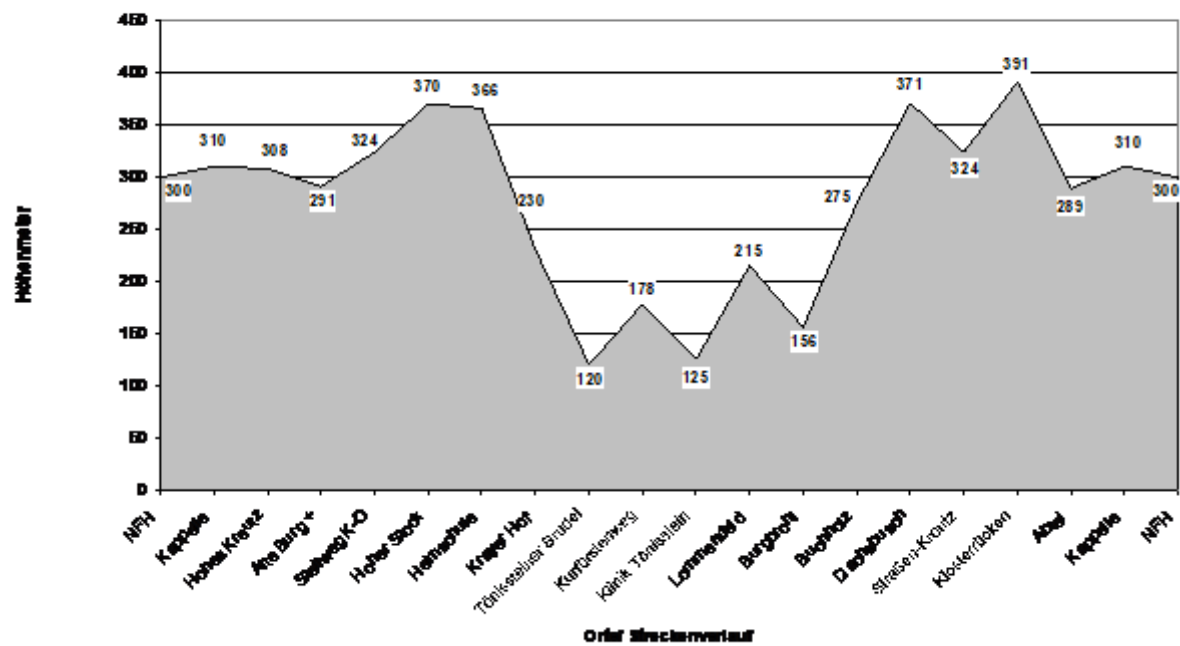
IX. Streckenprofile



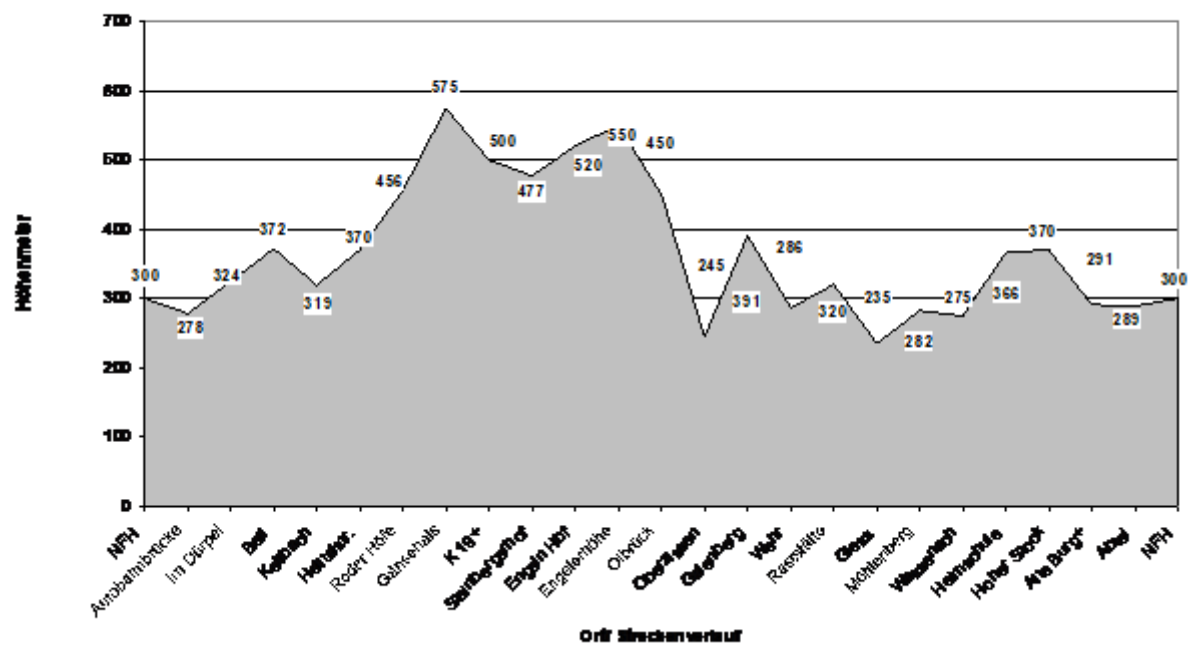
Eifelskizze zur Zeit des Vulkanismus



Streckenprofil der ersten Tagesetappe 2.Tag



Streckenprofil der zweiten Tagesetappe 3.Tag



X. Formalitäten (bitte ausfüllen und am Beginn der Tour mitbringen, ohne diesen Zettel ist eine Teilnahme ausgeschlossen)

Name des/der Teilnehmer*in _____

Einverständniserklärung

Hiermit erkläre ich mein Einverständnis, dass mein(e) Tochter/ Sohn _____

_____ an der Mountain-Bike Tour der Kreisverwaltung Rhein-Lahn vom

13.05.-16.05.2026 teilnehmen darf.

Wir möchten Sie hiermit informieren, dass die gesamten Strecken so ausgewählt sind, dass nur Wald- und Wirtschaftswege befahren werden. Lediglich an einigen wenigen Stellen werden wir auf öffentlichen Straßen fahren (Nebenstraßen).

Während der gesamten Fahrt besteht natürlich auf dem Rad Helmpflicht!!!!

Sollte ein Unfall oder etwas Anderes passieren sind wir unter folgender Tel.-Nr. zu erreichen:

Von _____ bis _____ Uhr Tel.-Nr. _____

Von _____ bis _____ Uhr Tel.-Nr. _____

Sollte Ihr(e) Tochter/Sohn durch massiv negatives Verhalten ein Verbleiben in der Gruppe unmöglich machen, wird sie/er auf Ihre Kosten nach Hause geschickt.

Selbstverständlich werden wir Sie zunächst informieren, damit Sie evt. Ihre(n) Tochter/ Sohn selbst abholen können.

Mein(e) Tochter/Sohn leidet an einer oder mehrerer chronischen Krankheit/en

_____ JA

_____ NEIN

wenn ja, an welchen: _____

Mein(e) Tochter/Sohn muss täglich Medikamente nehmen

_____ JA

_____ NEIN

wenn ja, welche _____

Ich gebe mein Einverständnis zu Besuch eines öffentlichen Schwimmbades, sollte das Wetter das Rad fahren unmöglich machen.

Überdies erkläre ich/erklären wir uns mit der unentgeltlichen Weiterverwendung etwaiger Fotos zum Zwecke der Öffentlichkeitsarbeit des Rhein-Lahn-Kreises einverstanden,

Ort _____ Datum _____

Unterschrift _____

Eines Erziehungs- bzw. Sorgeberechtigten