



14 Schüler kämpften sich mit ihren Mountainbikes von Mittenwald bis in die Dolomiten.

Foto: Gymnasium

Über Grenzen, an die Grenzen

Penzberger Gymnasiasten überquerten die Alpen mit Mountainbikes

Von Max Müller

Penzberg – Im Rahmen eines Projekt-Seminars am Penzberger Gymnasium überquerten 14 Oberstufenschüler mit zwei Lehrkräften und einer Sport-Physiotherapeutin die Alpen mit ihren Mountainbikes. Die Gruppe überwand eine Strecke von 360 Kilometern und 9100 Höhenmetern innerhalb von sechs Tagen.

Die Aufgaben waren verteilt, die Vorbereitungen abgeschlossen. Nun konnte es endlich losgehen. In den Autos der Eltern ging es nach Mittenwald. Von dort an setzte man nur noch auf die Kraft des eigenen Körpers und Geistes um weiterzukommen. Die Alpenüberquerung mit dem Mountainbike war am 9. September für 14 Schüler und zwei Lehrkräfte des Gymnasiums Penzberg von der Theorie zur Praxis geworden. Nun hieß es in die Pedale zu treten. In guten wie in schlechten Zeiten.

Ein Jahr Vorbereitung

Fast ein Schuljahr lang hatten sich die Teilnehmer des P-Seminars „Transalp – Eine Alpenüberquerung mit Mountainbike“ auf ihre 360 Kilometer lange Reise vorbereitet. Die Organisation der Tour erfolgte in verschiedenen Streckenabschnitten und Teams: Je zwei Schüler waren für die Planung einer Teilstrecke zuständig – und hatten noch eine spezielle Funktion in der Transalp-Gruppe. Ein Zweier-Team war für die Dokumentation der Reise zuständig, eines für Sanitätsdienste, es gab ein Werkstatt-Team, ein Team zur Sponsorenakquise, ein Fitness-Team und ein Transport-Team. Die Sanitäter mussten laut Seminarleiter und Lehrkraft Robert Einberger glücklicherweise nur selten tätig werden. Das wurde vom Schü-



Der Ausblick während der Überquerung war traumhaft...



...die Schüler gingen körperlich an ihre Grenzen und Landesgrenzen wurden überschritten. Fotos (2): Gymnasium

Die Tour im Überblick

- Start: Mittenwald (9. September)
- Ankunft: Alpe di Siusi in den Dolomiten (14. September)
- Zwischenstationen: Achensee, Gerlos, Krimmler Tauernhaus, Bruneck und Sass Dacia
- Überwundene Höhenmeter: 9100 Meter
- Gefahrene Strecke: 360 Kilometer
- Teilnehmer: Transalp P-Seminar mit 14 Schülern (11 Jungs, 3 Mädels), zwei Lehrkräften und eine Physio

ler Simon Eichbichler bestätigt: „Es konnte jeder durchfahren. Wenn gab es nur kleine Verletzungen.“

Um sich körperlich auf die Strapazen der Alpenüberquerung vorzubereiten, arbeitete das Fitness-Team Hand in Hand mit der Bichler Sport-Physiotherapeutin Sabine Walter zusammen. Trainingspläne wurden in Kooperation entworfen, die unter anderem Stabilisationsübungen und Übungen mit Eigengewicht in den Fokus stellten. Natürlich kam das Radfahren in der Vorbereitung auch nicht zu kurz. Die Schüler machten wöchentliche Ausfahrten auf die Tutzing Hütte oder eine Tour über Walchen-, Kochel- und Achensee. „Eine gemeinsame Vorbereitung war sehr schwer. Die Schule war ja von Dezember bis Pfingsten geschlossen“, betonte Einberger jedoch. Daher blieb ein großes Maß an Eigenverantwortung an den Schülern hängen.

Strapazen an der Grenze

Die vierte Etappe der Alpenüberquerung machte der Gruppe die meisten Probleme. Es ging um die letzten 700 Höhenmeter zur italienischen Grenze. Das Ziel war zum Greifen nah. „Der Berg war an dieser Stelle felsig, steil und nicht befahrbar“, berichtete Einberger bei einem Rundschau-Besuch am Gymnasium. Ab da blieb den Seminarteilnehmern nur noch eins übrig: schieben. Doch der Aufwand sollte sich lohnen. Am Krimmler Tauernhaus erwartete die Gruppe laut Schülerin Lily Wöllner „eine unbeschreibliche Aussicht.“ Nachdem über Grenzen an die eigenen Grenzen gegangen wurde, radelten die Schüler weiter zu den Dolomiten. Am Alpe di Siusi endete die Reise für die Schüler, wie sie begonnen hatte: im elterlichen Wagen zurück nach Penzberg.