

Im Vergleich zur hundertjährigen Geschichte des Fahrrads in Europa ist das Mountainbike ein junges Küken. Doch keine andere Fahrradgattung hat die Entwicklung neuer Techniken und Materialien schneller und intensiver beeinflusst als das Geländerad aus Amerika. In wenigen Jahren haben sich bissige Cantilever- und Hydraulikbremsen, leichtgängige Rasterschaltungen und ausgeklügelte Dämpfungssysteme, die für mehr Komfort und Sicherheit sorgen, als Standard etabliert. Auch die Entwicklung von haltbaren Carbonrahmen wurde stark voran getrieben. Das Bike ist sozusagen der Turboantrieb für die Fahrradindustrie.

Der Erfolg der Gattung „Mountainbike“ liegt aber auch im Men-

rück zur Natur und zu sich selbst – das Mountainbike ist das ideale Vehikel dafür, die Welt mit neuen Augen zu sehen.

Ob allein, mit Freunden oder in einer netten Gruppe, auf einem Bike ist das Erlebnis der eigenen Kräfte und der Umwelt so intensiv wie in keiner anderen Sportart. Nur so ist auch der Boom zu Extremtouren wie den zahlreichen Marathons in Europa und der immer größer werdenden Nachfrage nach Alpenüberquerungen zu erklären. Mit eigener Kraft hundert und mehr Kilometer am Tag zurückzulegen und dabei Berge mit zwei- und dreitausend Metern Höhe zu überwinden, übt eine Faszination aus, die denjenigen nicht mehr loslässt, der diese Erfahrung einmal gemacht hat. Wer



Mit dem Rad auf Alpenüberquerung: Mit keinem anderen Sportgerät erfährt man die Natur so hautnah wie mit einem Mountainbike. Man legt weite Strecken fernab der Zivilisation zurück. Richtig gewartet und eingestellt lässt einen das Mountainbike kaum im Stich, mit den richtigen Tricks kommt man immer wieder weiter.



Ein Mountainbike ist mehr als die Summe seiner Teile. Wer sich auch durch kleine Reparaturen mit seinem Geländerad auseinandersetzt, wird bald die Freude an beherrschbarer Technik neu entdecken.

schen selbst begründet. Das Bike hat viele Leute so mobil gemacht wie kein anderes Fortbewegungsmittel zuvor. Vom schnellen Einkaufstrip in die City bis zur mehrwöchigen Tour ist alles möglich. In einer zunehmend technisierten und hektischer werdenden Umwelt erfüllt das Geländefahrrad zudem ein wichtiges Bedürfnis unserer Gesellschaft: Zu-

vom Bazillus „Biken“ angesteckt ist, möchte seine Grenzen immer wieder testen und hinauschieben.

## BEIM BIKE HAT MAN NOCH ALLES IN GRIFF

Bei all diesen Extremen ist das Ge-

länderad jedoch einfach und überschaubar geblieben. Im Gegensatz zu anderen modernen Alltagsgeräten wie Videorekorder, Computer etc. bleibt beim Mountainbike das vertraute Gefühl, die Technik zu verstehen und damit umgehen zu können. Ein Bike ist bei allem High Tech und Raumfahrt-Material immer noch von jedermann beherrschbar und auch reparabel. Gibt Ihr Auto heute unvermittelt den Geist auf, bleibt nur der Gang zur Notrufsäule oder der Anruf beim ADAC. Die guten alten Vergaser und Verteiler sind einer undurchschaubaren Black Box mit Elektronik und chipgesteuerter Einspritzung gewichen. Keine Chance mehr, einzugreifen. An Ihrem Bike dagegen können Sie – ein wenig handwerkliches Geschick und das

richtige Werkzeug vorausgesetzt – alle Reparaturen und Wartungsarbeiten selbst durchführen. So macht man sich mit seinem Sportgerät vertraut und erntet gleichzeitig die Belohnung, mit eigener Kraft die Technik noch im Griff zu haben. Bei Pannen ist man nicht hilflos und kommt jederzeit wieder nach Hause oder zum nächsten bewohnten Ort – ein beruhigendes Gefühl.

## SELBERMACHEN BRINGT SPASS

Wie das funktioniert und welches Werkzeug Sie benötigen, um Ihr Bike optimal in Schuss zu halten

und lange Spaß daran zu haben, erfahren Sie in diesem Buch. Zusammen mit dem Technik- und Reparaturspezialisten Matthias Rotter und Redakteuren des Fachmagazins „BIKE“ habe ich alle notwendigen Wartungs- und Reparaturarbeiten an einem Mountainbike zusammengestellt und in verständlichen, leicht nachvollziehbaren Schritten mit Hilfe zahlreicher Fotos und Grafiken erläutert. Wir greifen auf die umfangreiche Erfahrung der Test- und Technikabteilung des BIKE-Magazins zurück, die in über fünfzehn Jahren Tausende von Mountainbikes ausführlich und kritisch unter die Lupe genommen und bewertet hat.

Zusätzlich erhalten Sie in diesem Buch wertvolle Tipps zum Kauf eines Mountainbikes und Erklärungen über Qualitätsmerkmale und die verwendeten Materialien für Rahmen und Komponenten. Außerdem gibt's jede Menge Informationen zum Tuning Ihres Mountainbikes und alle Hinweise zur optimalen Abstimmung der Dämpfung und der Federgabel. Weitere Infos auch im Internet: [www.bike-magazin.de](http://www.bike-magazin.de). So steht dem Fahrvergnügen nichts mehr im Wege.

Viel Spaß beim Lesen und Schrauben wünscht  
Thomas Roegner