

Südwest Presse, 06. September 2012, Inge Czermel,  
<http://www.swp.de/goeppingen/lokales/voralb/Ganz-schoen-steil-und-huppelig;art5775,1620888>

**BAD BOLL, Ganz schön steil und huppelig. Mit dem Mountainbike Hügel und Steilwandkurven bewältigen - beim Bad Boller Ferienprogramm boten die Bone Fackers ein kleines Trainingsprogramm.**

Sicherheitsausgerüstet mit Helm, Knie- und Ellbogenschützern radeln elf Kinder mit ihren Mountainbikes ein. Die neun Jungs und die beiden Mädchen zwischen sechs und 13 Jahren wollen heute mit den Bonefackers den Downhill-Parcour hinter dem Bad Boller Schulgelände bezwingen.

Doch bevor Simon Berner und Jonas Strambach die Kinder auf den Parcours lassen, wird auf dem Schulhof zuerst einmal an den "Basics" gearbeitet. Balanceübungen, Bremstechniken, Slalomfahren, Staffellauf - so werden nicht nur die Koordination und die Balance trainiert. Mit geübtem Blick registrieren die beiden Trainer der Bone Fackers auch gleich, was den einzelnen Kindern später auf dem Parcours zugetraut werden kann.

Die Gruppe Bone Fackers, die sich dem Mountainbikesport in all seinen Varianten verschrieben hat, ist in der Gemeinde bei vielen Veranstaltungen und auch alljährlich beim Schülerferienprogramm aktiv. Nach der Übungseinheit geht es endlich in Richtung Downhillstrecke.

"Ganz schön steil und huppelig", flüstern sich zwei der Jungs zu. Begonnen wird mit einer einfachen Strecke. Die Trainer führen vor wies geht und fragen dann: "Also, wer traut sich?"

Robin macht den Anfang. Er kennt die Strecke schon. "Ich bin öfters hier", erzählt er und gesteht: "Einmal musste ich schon ins Krankenhaus, weil ich mir das Bein gebrochen habe." Die Erfahrung hat ihm das Mountainbiken nicht verleidet. Mit Bravour meistert er den Parcours.

Auch alle anderen, die sich trauen, kommen mit strahlenden Gesichtern wieder oben an. Jetzt ist die Strecke mit der Steilwandkurve an der Reihe. "Nur auf den flachen Strecken treten und vor der Kurve die Pedale gerade stellen", erklärt Simon. "Das innere Pedal zeigt nach oben, sonst bleibt ihr damit in der Kurve stecken."

Einige wollen es wissen und stürzen sich waghalsig die hügelige Strecke hinunter. "Abstand halten", mahnen die Trainer und haben für jeden den richtigen Tipp parat. "Nach der Kurve wieder treten, sonst fehlt dir der Schwung, um wieder hinauf zu kommen." Beim zweiten Mal gehts schon besser, beim dritten Mal macht es schon richtig Spaß.

Das Grüppchen, das sich bei der nächsten Übung vom Starthügel wagt, ist relativ klein. Die anderen schauen mit großen Augen zu, dann gibt es für sie eine andere Übungseinheit. Überredet wird keiner. "Jeder macht nur das, was er sich zutraut", erklärt Steffen Weißbeck die Devise. Schließlich soll das Ganze ja Spaß und nicht Angst machen. Und Spaß haben sichtlich alle. Wer weiß, vielleicht wird ja der eine oder die andere ein Bone Facker.