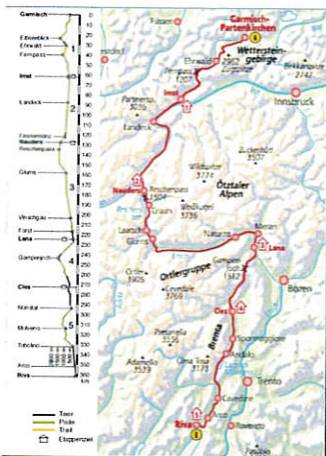




## Schule einmal anders: P-Seminar Alpencross

Eine Schülergruppe des Carl-Friedrich-Gauß Gymnasiums Schwandorf wagt sich mit dem Mountainbike über die Alpen.



Vom 20. bis 27. Juli 2016 werden 17 Schülerinnen und Schüler die Herausforderung eines Alpencross mit dem Mountainbike auf sich nehmen und in fünf Tagesetappen die Strecke vom urbayerischen Garmisch-Partenkirchen bis nach Riva am italienischen Gardasee zurücklegen.



Teilnehmer (v.li.): StR Benjamin Schmidt, Aurelia Ritschel, Tobias Faderl, Simon Straller, Maximilian Hecht, Niko Stojic, Andreas Wittmann, Milena Betz, Alexander Jakobitz, Luca Rzychon, Sebastian Erling, Theresa Weinfurter, Felix Müller, Susi Suttner, Tobias Götz, Christoph Pirzer, Amanda Scharl und Adrian Manz.

„Die Organisation eines P-Seminars wird zum Großteil von den Schülern übernommen“, so der für das Projekt verantwortliche Lehrer StR Benjamin Schmidt. Als Lehrkraft wirke man hier hauptsächlich koordinierend und beratend am Projekterfolg mit. Neben einer ausgiebigen Sponsorsuche gab es für die Kursteilnehmer jede Menge weitere Aufgaben zu erledigen. So stand beispielsweise die Streckenauswahl und Unterkunftssuche sowie gezieltes 1.Hilfe-, Fahrradreparatur- und Fahrtechniktraining auf der Tagesordnung.

Und zu guter Letzt heißt es momentan schuften: Seit rund 4 Wochen läuft das Training nach einem individuell erstellten Trainingsplan, der bis zum Tourstart streng eingehalten werden muss. „Zwei Mal unter der Woche fahren wir alle gemeinsam. Die dritte Ausfahrt am Wochenende unternehmen wir in Kleingruppen von unseren jeweiligen Wohnorten aus.“



Zusätzlich absolviert jeder ein individuelles Kraft- und Lauftraining“, berichtet der Schüler Maximilian Hecht. Besonders stolz sind die Seminar Teilnehmer auf die zahlreichen regionalen Sponsoren, durch deren Hilfe ein Großteil der Ausrüstung sowie der Rücktransport von Riva nach Schwandorf finanziert werden konnte. Sogar einen VW-Bus als Begleitfahrzeug wird freundlicherweise vom Autohaus Manz in Schwarzenfeld zur Verfügung gestellt. Dem Abenteuer Transalp scheint nichts mehr im Wege zu stehen.

Von Garmisch ausgehend wird das Team zunächst von einer nicht zu unterschätzenden, 62 Kilometer langen Tagesetappe nach Imst mit kurzen Schiebepassagen und ca. 1200 Höhenmetern erwartet. Dabei sollte allerdings der wunderschöne Eibseeblick das Brennen der Oberschenkel entschädigen. Anschließend geht es für die Mountainbiker auf der Via Claudia auf einer etwas längeren Tagestour weiter in Richtung Nauders, wo sie ihr zweites Nachtquartier beziehen werden.

Die nächste Etappe über den Reschenpass, bei der sich zusätzlich die Möglichkeit bietet, Reinhold Messners Schloss in Auggensein zu nehmen, führt die Kollegiaten und ihre Begleiter in 97 Kilometern und einigen anstrengenden Höhenmetern nach Meran, von wo aus sie sich über das Gampenjoch zum Lago di Cles aufmachen werden.

Vor der letzten Etappe nach Riva mit 89 Kilometern und 2100 Höhenmetern zittern die Schüler schon jetzt, doch dann haben sie nach fünf anstrengenden Tagen endlich ihr Ziel erreicht: **Siamo arrivati al Lago di Garda!**