

Auf den Trails durch die Nacht

von bb - Donnerstag, 1. August 2019

https://www.pd-f.de/2019/07/31/auf-den-trails-durch-die-nacht_13831



Ein sich veränderndes Freizeitverhalten sorgt dafür, dass Jogger, Wanderer oder Reiter vermehrt nachts im Wald unterwegs sind. Und auch Mountainbiker wollen nicht aufgrund von einsetzender Dämmerung auf ihren Sport verzichten. Dafür braucht es einerseits eine passende Ausrüstung, andererseits auch spezielle Verhaltensregeln – denn der sogenannte Nightride hat nicht nur Befürworter, wie der pressedienst-fahrrad zeigt.

[pd-f/ab, tg] Wer seinem Sport leidenschaftlich nachgeht, der möchte jede freie Minute nutzen. Mountainbiker sind da keine Ausnahme. Durch die früh einsetzende Dämmerung in Herbst und Winter rutscht das Training unter der Woche schnell in die Dunkelheit. Doch auch im Sommer zieht es mehr Biker nächtens raus. „Gerade bei Hitze ist es nachts im Wald angenehm kühl – und auch die sich ändernden Arbeitszeiten spielen hier eine Rolle. Wer erst nach 20 Uhr seine Trainingsrunde drehen kann, der kommt selbst im Sommer schnell in die Dunkelheit“, weiß Philipp Martin vom Fahrradhersteller [Cannondale](#) aus eigener Erfahrung. Unter Mountainbikern gewinnt der sogenannte Nightride, also die [Mountainbike](#)-Ausfahrt durch den Wald bei Nacht, deshalb immer mehr Anhänger.

Vorteil für E-MTB?

Zwei generelle Entwicklungen aus dem Fahrradbereich spielen diesem Trend in die Karten: die wachsende Anzahl an sehr guter [Fahrradbeleuchtung](#), die auch auf die Zulassung von Akku-[Beleuchtung](#) im Straßenverkehr aus dem Jahr 2013 zurückgeht sowie die Zuwachsraten an E-Mountainbikes. „Durch das E-Mountainbike gewinnt eine längere MTB-Feierabendrunde bei Leuten an Popularität, für die das früher nicht einmal zur Diskussion stand. Wir bieten unser neues Modell ‚Habit Neo‘ deshalb mit einem Frontscheinwerfer, also ‚night-ride-ready‘, an“, sagt Martin. „Für uns als Lichtentwickler bietet das [E-Bike](#) ein stark wachsendes

Feld. Wir haben deutlich mehr Möglichkeiten, etwa auch in Sachen Fernlicht, das sich wie beim Auto einfach per Knopfdruck zuschalten lässt und das Sichtfeld deutlich vergrößert“, ergänzt Sebastian Göttling vom Lichtexperten [Busch & Müller](#).

Licht auf den Helm

Die passende Beleuchtung ist für einen nachtfahrenden Mountainbiker nämlich besonders wichtig. „Mountainbiker schauen weit vor das Vorderrad, denn man fährt immer dorthin, wohin man blickt. Damit das auch im Dunkeln und auf kurvigen Trails möglich ist, ist gutes Licht durch nichts zu ersetzen“, weiß Daniel Gareus vom Großhändler [Cosmic Sports](#), der die Beleuchtung von [Knog](#) im Programm führt. Er rät deshalb immer dazu, neben einer Lampe auf dem Lenker auch einen möglichst hellen Scheinwerfer auf dem [Helm](#) zu tragen. „Die Kombination von Helm- und Lenkerlampe ist ideal. Die Lenkerlampe leuchtet alles direkt vor dem Fahrer auf dem Trail aus und die Helmlampe folgt der Blickrichtung“, erklärt Gareus. Mit zwei Lichtquellen könne man zudem Konturen besser erkennen und vorausschauender fahren. „Schnell wird der Fahrer von plötzlich auftauchenden Ästen oder matschigen Stellen überrascht, die für Unsicherheit sorgen können. Ohnehin ist es ratsam, beim Nightride eher auf vertraute Strecken zu setzen als neue Wege zu erkunden“, rät der Fachmann.

Wichtig zu wissen: Helle Helm- und Fahrradlampen verhelfen zwar zu mehr Sicht, können aber auch schnell blenden. Das betrifft sowohl andere Sporttreibende im Wald als auch andere Teilnehmende am Straßenverkehr. „Bei der Lenkerbeleuchtung ist eine StVZO-konforme Lampe eigentlich Pflicht, weil so gut wie jeder eine öffentliche Straße zur Anfahrt an den Wald benutzt. Ansonsten kann es Strafen geben, wenn man im Straßenverkehr mit nicht zugelassener Beleuchtung erwischt wird“, weiß Sebastian Göttling. Busch & Müller hat deshalb nur StVZO-konforme Scheinwerfer im Angebot. „Diese zeichnen sich durch die sogenannte Hell-Dunkel-Grenze aus. Sie verhindert, dass der Gegenverkehr geblendet wird, wenn die Lampe richtig eingestellt ist“, erklärt Göttling. Eine StVZO-konforme Akku-Lampe erkennt man an der sogenannten K-Nummer, die vom Kraftfahrtsbundesamt vergeben wird. Eine Helmlampe gilt hingegen als Outdoor-Lampe und darf deshalb lediglich als zusätzliche Beleuchtung im Straßenverkehr benutzt werden. „Beleuchtung am Körper fällt nicht unter die StVZO. Aber auch hier gilt: Der Gegenverkehr darf nicht geblendet werden. Deshalb lieber das Licht dimmen, solange man auf öffentlichen Straßen oder Wegen unterwegs ist“, gibt Göttling einen wichtigen Hinweis.

Die Schattenseite des Nightride

Bei Nightrides sind jedoch Konflikte zwischen Tieren und Nachtsportlern möglich, seien es Mountainbiker oder Jogger. Die Deutsche Initiative Mountainbike (DIMB) empfiehlt deshalb in ihren sogenannten Trail Rules: „Verlasse rechtzeitig zur Dämmerung den Wald, um die Tiere bei ihrer Nahrungsaufnahme nicht zu stören“. Heiko Mittelstädt, Fachberater MTB bei der DIMB, weiß jedoch, dass diese Regelung gerade im Winter nur schwer zu erfüllen ist. „Ich denke, es ist dennoch wichtig, die Mountainbiker dafür zu sensibilisieren, dass Erholungsnutzung immer auch eine Störung von Wildtieren bedeutet“, erklärt er. Von einem grundsätzlichen Nachtfahrverbot hält er allerdings nichts, denn die nächtliche Naturerfahrung sollte jedem Menschen offenstehen – solange es nicht überhandnimmt.

Naturschützer raten ab

Auch Sebastian Kolberg, Referent für Artenschutz beim Naturschutzbund Deutschland (NABU) fordert kein explizites Nachtfahrverbot, hat jedoch gute Gründe, Nightrides aus Naturschutzsicht kritisch zu betrachten. Der Experte wertet sie als „lokale und kurzfristige Störung der umgebenden Wildtiere“ und erklärt weiter: „Aus Naturschutzsicht gilt die Nacht als Ruhezeitraum. Jede unnatürliche Störung wirkt sich da in der einen oder anderen Weise negativ aus. Die Ruhezeit sollte daher auch beachtet und eingehalten werden.“ Sei dies nicht der Fall und würden bestimmte Bereiche regelmäßig befahren, so seien Verhaltensänderungen bei den Tieren zu erwarten. „Solche Effekte gilt es unbedingt zu vermeiden. Naturnahe Lebensräume

werden in Deutschland immer knapper. Die verbleibenden sollten Schutz und Rücksichtnahme erfahren.“ Das Fazit aus Naturschutzsicht ist also recht eindeutig: Lieber bleiben lassen!

Unfallrisiko Blendung

Untersuchungen mit Zählanlagen haben aber gezeigt, dass Mountainbiker nicht rund um die Uhr im Wald unterwegs, sondern nach 22 Uhr kaum noch anzutreffen sind. „Der Name Nightride ist deshalb sicherlich etwas unglücklich gewählt“, stellt Mittelstädt richtig. „Long-Day-Ride wäre vielleicht treffender“, ergänzt Martin. Die Zeit der Dämmerung ist allerdings gerade der Zeitraum, in dem Wildtiere am aktivsten sind, was zu einem erhöhten Unfallrisiko führt. Wenn Rehe direkt geblendet werden, bleiben sie einfach stehen und weichen keiner Lichtquelle aus. Wild- und Jagdexperten sehen deshalb in den nachtaktiven Sportlern einen Grund, warum sich in manchen Gebieten in den letzten Jahren die Zahl an Wildunfällen fast verdoppelt hat. Dabei sind nicht nur direkte Unfälle gemeint, sondern auch Folgeunfälle, wenn z. B. das Wild aufgeschreckt wird und auf eine naheliegende Straße läuft.

Vorsichtiger Umgang mit Wildtieren oder Totalverzicht?

Reicht es, sich als Nightrider im Wald an bestimmte Regeln zu halten, um möglichst wenig zu stören, wie etwa Heiko Mittelstädt empfiehlt? Dazu gehöre, sich auf die Stunden unmittelbar vor und nach der Dämmerung zu beschränken, eher stad- oder ortsnah entlang großer Wege unterwegs zu sein, Futterplätze und Hochsitze zu meiden oder auch paradoxerweise eher laute Geräusche zu machen, um die Tiere früh zu warnen.

Oder folgt man Anna Martinsohn, stellvertretende Pressesprecherin des Deutschen Jagdverbandes, wenn sie mit Verweis auf die nötigen Ruhephasen sagt: „Die Dämmerungs- und Nachtstunden sind tabu.“ Auch eine Beschränkung auf bestimmte Wege hält die Jagdvertreterin nicht für ausreichend, da gerade in den Dämmerungsstunden Wildtiere offene Flächen wie Wiesen oder Wegränder zum Fressen aufsuchten. Auch aus Jagdnutzungsinteresse wirbt sie für Verzicht. „Die Jagdausübung wird durch nächtliche Waldnutzung empfindlich gestört.“ Da Jäger etwa im Falle von Verbiss- oder Fraßschäden selbst haften müssten, seien sie auch auf störungsfreie Jagdzeiten angewiesen, in der das Wild nicht durch Mountainbiker scheu gemacht werde.

[Express-Bildauswahl \(7 Bilder\)](#)

[Erweiterte Bildauswahl zum Thema \(16 Bilder\)](#)

Passende Themen beim pd?f:

[Kommentar: Nehmt mehr Rücksicht!](#)

[Es lebe der Sport – Renner & MTBs für 2020](#)

[Gebremst wird auch bergauf – Fahrtechnik-Tipps für E?Mountainbiker](#)

[Kommentar: Fatbike, oder: „Was interessieren mich Trends!“](#)

[Geländeradsport 2019: Spaß abseits der Straße](#)

[Kommentar: Wer ohne Tuning fährt, werfe den ersten Stein](#)

Abgefahren! Mountainbikes für Kinder

Passendes Bildmaterial

