



Wer schnell schaltet,
kommt besser
in die Gänge.

 Kreissparkasse
St. Wendel

Geht es um Ihre finanziellen Belange, haben Sie keine Zeit zu verlieren. Besonders dann, wenn Sie für Ihre Geldanlage aktuelle Chancen nutzen wollen. Schalten Sie also schnell und kommen Sie auf direktem Weg zu uns. Wir bringen Ihre Wünsche aussichtsreich in die richtigen Gänge! Mehr Infos unter www.kskwnd.de. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**



am 29. und 30. Juli 2006

Samstag: MTB-CC-Rennen

2. Lauf zum www.MTB-CUP-SAAR.de

zu Gunsten einer
schwer erkrankten Freundin

Sonntag: CTF

Ausrichter MSC Mithras



**Viel Spaß
beim MTB Wochenende
am 29. und 30. Juli 2006
wünscht Ihre**

St. Wendeler 
Volksbank
Von Menschen - für Menschen

www.unserevolksbank.de

AUTOS VON DECKERT MACHEN DIE WELT SCHÖNER...



Das belegt sogar der TÜV mit Brief und Siegel.

Mehr als **99%** unserer Kunden bestätigen ihre Zufriedenheit mit unserem Autohaus in St. Wendel. Wir sagen DANKE!

Kommen Sie vorbei! Wir freuen uns auf Sie!

Finanzierung und Leasing auch ohne Anzahlung!



66606 St. Wendel
Jakob-Stoll-Straße
Tel. 0 68 51 / 8 00 04-0

AUTOHAUS
DECKERT GMBH
PEUGEOT-VERTRAGSPARTNER
...mit uns fahren Sie ab!

Autos per Mausklick
www.peugeot-deckert.de

66424 Hornburg
Industriegebiet West
Entermühlstr. 70
Tel. 0 68 41 / 9 72 91-0

66440 Blieskastel-Aßw.
Saar-Pfalz-Str. 2a
Tel. 0 68 03 / 39 03-0

66482 Zweibrücken
Gottlieb-Daimler-Str. 41
Tel. 0 63 32 / 5 66 40

DANKE!

Allen die zum 3. Mal mit durch die Hölle gegangen sind....

Orga-Leitung und „Masters of Hell“: Uwe, Snison,
Streckendesign: Uwe, Snison, **Streckenaufbau:** Uwe, Snison,
Hans-Peter, Heiko **Streckensicherung:** Heiko, Detlef, Hans-
Peter, Freiwillige Feuerwehr Hapersweiler, Hubertusjugend
Technik: Gerd **Web-Design** und **-Master:** Olli **Presse** und
Programmheft: Ute, Uwe, Snison **Jupps Graphics** und **Design:**
Josef Klein **Getränke:** Bierstrasse Freisen **Essen:** Metzgerei
Schumacher, Bäckerei Scheer **Kassen:** Emma, Peter **Rennarzt:**
Dr. Dausend **Erste Hilfe:** Rotes Kreuz Freisen **Anmeldung:** RSF
Niederlinxweiler, Emma, Ute, **Fotos:** Uwe Neufang, Olli **Video:**
Stefan, Christian **Rennleitung:** RSF Niederlinxweiler
Ergebnisdienst: Benjamin Behringer **Wettfahrausschuß-**
Vorsitzender: Beauftragte des SRB **Streckensprecher:** Sepp
Blon und DJ Hamma Hatt **Musik** und **Beschallung:** DJ
LoveLove

und einen besonderen Dank
an den Sportverein Freisen,
die Mitarbeiter des Bauhofs
Freisen, die Jäger die
unsere Veranstaltung
unterstützt haben und all
die vielen ungenannten
Helfer, die mit ihrer Arbeit
zum Gelingen der
Veranstaltungen beigetragen
haben!



...see you in Hell 2007!?

Grußwort

Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Nach dem Erfolg der Veranstaltungen im letzten Jahr haben die Mitglieder der Radsportgruppe des MSC Mithras in diesem Jahr ein ganzen Mountainbike-Wochenende in und rund um Freisen geplant.

Mittelpunkt der Veranstaltungstage ist in diesem Jahr unser Rathausplatz, der Zuschauern und Fahrern ein gemütliches Ambiente zum Anfeuern der Athleten oder zum Verweilen nach anstrengender Fahrt bietet.

Am 29. Juli findet nun schon zum dritten Mal ein Wertungslauf zum Mountainbike-Cup-Saar statt. Eine Veranstaltung, die sich in der kurzen Zeit bereits einen Namen in der Radsportszene des Saarlandes gemacht hat und von vielen Fahrern gerne besucht wird.

Am Sonntag, dem 30. Juli, haben alle, die unsere schöne Landschaft mit dem Rad erkunden möchten, wieder die Gelegenheit, dies auf 4 verschiedenen Strecken zu tun. Erstaunlich war, dass im letzten Jahr selbst Ur-Freisener feststellen mussten, dass sie noch neue Wege erkunden konnten und mit begeistertem Lob von der Strecke zurückkehrten.

Wie in den vergangenen Jahren werden die Veranstalter den Reinerlös einer guten Sache spenden. Im letzten Jahr kam unserem „Treffpunkt Freisen“ eine Spende vom 650€ zu.

Ich wünsche allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern den gewünschten Erfolg. Allen Gästen in unserer Gemeinde wünsche ich einen angenehmen Aufenthalt und viel Spaß in der „Grünen-Hölle-Freisen“, dem Slogan dieser Veranstaltung, der für unsere schöne Landschaft in Verbindung mit sportlicher Leistung von den Veranstaltern gewählt wurde.

Herzliche Grüße aus dem „Rad“haus Freisen

Wolfgang Alles
Bürgermeister



Grußwort

Wir haben an diesem Wochenende unsere sportliche Heimat erstmals auf dem schönen Rathausplatz in Freisen gefunden.

Ich freue mich auch in diesem Jahr viele sportliche Fahrer aus der Gemeinde, dem Kreis und darüber hinaus in Freisen begrüßen zu dürfen.

Ich freue mich jedes mal die vielen Zuschauer auf der Strecke zu sehen, die nicht nur von den Fahrern, sondern auch von den legendären DJ`s im spektakulärsten Streckenabschnitt am Rennen unterhalten werden.

Unsere Clubkameraden Michael Alles und Uwe Glasen haben mir versprochen das alle Strecken bestens präpariert und vorbereitet sind. So kann jeder sein Sportliches Ziel am Samstag beim Rennen oder am Sonntag beim Country Touren Fahren finden.

Für die Qualifikation der im September in Freisen stattfindenden Kreismeisterschaft des ADAC und der Deutschen Post „Fahrrad Champion“ drücke ich unsere jüngsten Startern schon jetzt die Daumen.

Ich wünsche den Zuschauern spannende und spektakuläre Wettkämpfe und all unseren Teilnehmern ein sportlich faires, erfolgreiches und unfallfreies Wochenende in der **Grünen Hölle Freisen**.

Ihr
Klaus-Peter Dausend
Vorsitzender
MSC Mithras



Grüße in die Hölle vom Tour-Teufel Didi Senft...



Best-Gruße an
www.gruene-hoelle
freisen.de
und viel, viel Erfolg
bei den Rennvorbe-
reitungen...
Didi



Stuckateurbetrieb

FRIES & KELLER GmbH



(0 68 55) 99 62 22

• Stuck

• Putz

• Trockenausbau

• Fließestrich

• Vollwärmeschutz

• Anstrich

Hauptstr. 44

66629 Oberkirchen

Funktel. 01 71 / 671 22 80

01 71 / 730 06 31

Fax 0 68 55 / 99 62 23

Liebe Bürger der Gemeinde Freisen,
liebe Radsportfreunde,



Wie bereits in den vergangenen beiden Jahren wird auch in diesem Jahr das zweite Rennen um den MTB-Cup-Saar 2006 in Freisen stattfinden.

Wir, die Radsportfreunde Niederlinxweiler e.V. (Veranstalter des Cups), sowie alle Mountainbiker sind auf die Veranstaltung mit neuer Streckenführung sehr gespannt. Besonders erwähnen möchte ich die tolle Idee von F.P. Mailänder (RV Tempo Hirzweiler), ein Zeltlager mit Techniktraining für die saarländischen Radsportvereine mit ihren jugendliche Mountainbiker zu organisieren. Im Voraus bedanke ich mich recht herzlich bei den Organisatoren der Veranstaltung und wünsche dem MSC Mithras schönes Wetter, ein stimmungsvolles Zeltlager, sowie viele Zuschauer und spannende Rennen.

Georg Ulrich
(1. Vors. RSF Niederlinxweiler)

Wohnwagen Schad

* Vermietung * Ersatzteile * Zubehör * Gasprüfung



Bismarckstrasse 3

66629 Freisen

Tel. 06789 / 970 116

Fax. 06789 / 970 116

Mobil: 0175 / 2725289

Email: uweschad63@aol.com

Glauben Sie uns,
es gibt Unterschiede wo Sie sich sonnen!



SUNSHINE SONNENSTUDIO

Kelsweilerstraße 7 - 66606 St. Wendel
Tel.: 06851/7889

Öffnungszeiten:

Mo - Fr: 10.00 Uhr - 21.00 Uhr

Sa: 10.00 Uhr - 18.00 Uhr

So & Feiertag: 10.00 Uhr - 14.00 Uhr

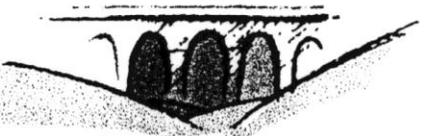
die durch die Hölle gehn....



DJs und Groupies....

.....und drei Engel in der Hölle





OSTERTAL APOTHEKE

PETER BERGMANN

Im Dienste Ihrer Gesundheit

Talbrückstraße 1 Telefon: (0 68 55) 237
66629 Freisen-Oberkirchen Telefax: (0 68 55) 99 66 50

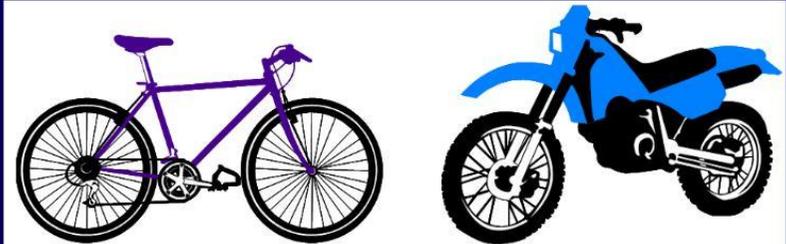
die durch die Hölle gehn....



nach den Rennen ist vor dem Rennen....



...die Starter im Höllen-Trikot 2005



Zweirad

Bodo Welsch

St. Wendelerstraße 42

66625 Wolfersweiler

Tel.: 06852 - 6292

Fax: 06852 - 802436

Bei uns läuft die Ware
nicht vom Band -
wir schaffen noch
mit Herz und Hand!

Bäckerei &

SCHEER
Konditorei

Oberkircherstraße 26
66629 Haupersweiler
Tel: (0 68 55) 2 66

die durch die Hölle gehn....


Uli und Edda in der Kaffeekisch....

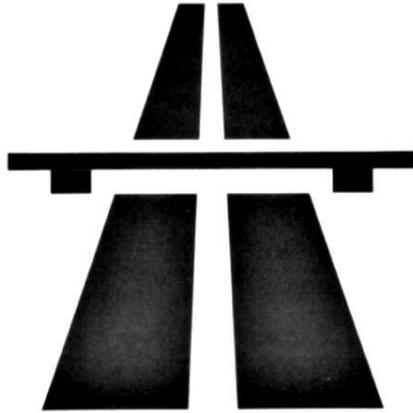


P J
Peter Jung

Trockenausbau
abgeh. Akustikdecken
Schall- und Brandschutzdecken
Leichtbautrennwände

66629 Oberkirchen • Zur Teichwiese 12
Tel. 0 68 55 / 5 80 • Fax 0 68 55 / 74 20 • Autotel. 0 68 55 / 638 29

Bierstraße



Getränkemärkte

Freisen

0 68 55 - 99 60 30

Birkenfeld

0 67 82 - 98 83 69

Hermeskeil

0 65 03 - 39 70

KARLSBERG  **URPILS**

- **GETRÄNKE-GROß UND EINZELHANDEL**
- **PARTYZUBEHÖR**

IN FREISEN, BAHNHOFSTRASSE 37

INH. ALEXANDER LINZ

FUNKTELEFON: 0172-6616030

von Norbert Martini „www.nmbiking.de“

Bike Aid

Wer die Jungs und Mädchen mit den weiß-blau-grün-gelben Trikots schon mal gesehen hat, fragt sich bestimmt: Bike Aid - was ist das?

Bereits im letzten Jahr war BIKE-AID im Saarland erfolgreich. Ein Biker sammelt übers Jahr Höhenmeter für ein Unternehmen, welches 1 Cent pro gefahrenen Höhenmeter am Jahresende, direkt und gegen Spendenquittung, an eine gemeinnützige, wohltätige Einrichtung spendet. Mountainbiker spenden auch selbst oder suchen weitere Sponsoren. In 2005 kamen auf diese Weise über 7000 € zusammen. Die Spenden gingen an die Elterninitiative krebskranker Kinder im Saarland e.V.

BIKE-AID ist eine private Initiative von Eric Haus, einem Arzt und Unternehmer aus Siersburg, die sich das Ziel gesetzt hat, Sportler und Sponsoren als Spendenteam zusammen zu führen und kleinere und regionale Hilfsorganisationen zu unterstützen.



In dieser Radsportsaison ist Bike Aid mit einem eigenen Racing Team auf den Renn- und Marathonstrecken unserer Region, aber auch deutschlandweit, unterwegs.

In ihren auffallenden Trikots, die sie selbst bezahlen, wollen sie Sponsoren anlocken, um weitere

kleine Projekte zu unterstützen.

Auch in diesem Jahr läuft die Aktion sehr gut: fast 15 000 zeigt das Spendometer auf www.bike-aid.de an.

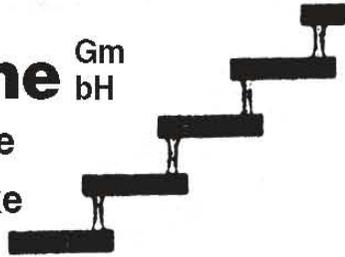
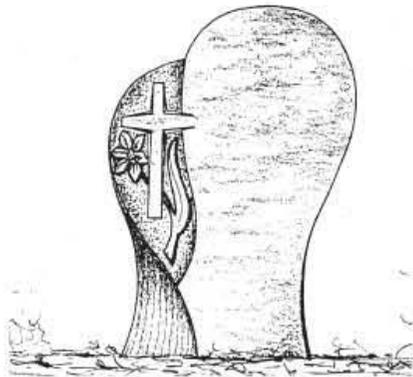


NATURSTEIN

G. Becker & Söhne ^{Gm} _{bH}

- Grabmale
- Bodenbeläge
- Treppen
- Fensterbänke
- Küchenarbeitsplatten

- Granit
- Sandstein
- Quarzit
- Marmor



die durch die Hölle gehn....



Immer voller Einsatz:
das Rennen der U 11 (hier die Sieger des Jahres 2005)

LE PLANTEUR.

Inh.: Uschi Coquerel

Oberkirchen – Zur Festhalle 4

06855 / 996213

DIE Kneipe für Jung und Alt.....

Kirmesrock vom 18.-21.08.2006

Sa. 19.08.: Burning Balls

Mo. 21.08.: 

Öffnungszeiten: 10:00 – 13:00 ; 18:00 – open end
Donnerstag Ruhetag

Logopädische Praxen



Jutta Knebel & Gunther Finkler

Therapie von Sprach-, Sprech-, Stimm-,
Hör- & Schluckstörungen bei Kindern und Erwachsenen
Therapie nach Laryngektomie
Stimmbildung
Sängerschulung

In der Zennwies 2
66629 Freisen

Telefon: 06855-184148 oder 184141
Mobil: 0163-7220172 oder 0171-4731084

E-Mail:
juttaknebel@gmx.de
guntherfinkler@aol.com

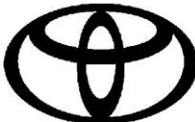
Stand nach dem 1. von 3 Rennen zum MTB-CUP-SAAR 2006

U 15			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Weyland Marc	RSF Nlw Team Puhl	92
2	Burgard Tobias	RSC St. Ingbert	93
3	Müller Felix	RSF Nlw Team Puhl	96
4	Schmidt Peter	RV Tempo Hirzweiler	92
5	Krewer Denis	TeamSaarschleife de	92
6	Fassbender Jan-Philipp	RV Tempo Hirzweiler	91
7	Petersen Emil	RSC St. Ingbert	94
8	Scheid Philipp	RSF Nlw Team Puhl	93
9	Klein Tobias	TeamSaarschleife de	
10	Di Vincenzo Fabio	RV Tempo Hirzweiler	92
11	Merelen Patrick	TeamSaarschleife de	92
12	Neufang Marcel	RSF Nlw Team Puhl	97
13	Schwan Alexander	RSF Nlw Team Puhl	92
14	Mailänder Fabian	RV Tempo Hirzweiler	94
15	Fassbender Marco	RV Tempo Hirzweiler	94
16	Birkenbach Ralf		92
17	Rich Benjamin	RSC Zweibrücken	94



St. Wendel

Da ist die Welt noch in Ordnung.

 **TOYOTA**
GABELSTAPLER

ITL

Transportmaschinen GmbH

Gewerbegebiet In der Au · 66629 FREISEN
Fon 0 68 55 / 9 20 30 · Fax 0 68 55 / 70 66

Unser Lieferprogramm:

- Gabelstapler
- E-Ameisen
- Handgabelhubwagen
- Ersatzteile
- Ausbildung zum Fahrer von Flurförderfahrzeugen
- Batterien
- Ladegeräte
- Kundendienst
- UVV-Abnahme

die durch die Hölle gehn....



Josef Klein,
Designer unseres Devil "Jupp"
... wir können uns gar nicht oft
genug bedanken!!!!

DANKE!



DRAGSTER

Harley-Davidson and More
The unauthorized Dealer

Spezialaufbauten · Umbauten · Parts · Service

Fa. Recktenwald

Gartenstraße 1
66629 Oberkirchen
www.Dragster-cycles.de

Telefon 0 68 55 / 17 70
Telefax 0 68 55 / 99 64 66
Dragster-cycles@web.de

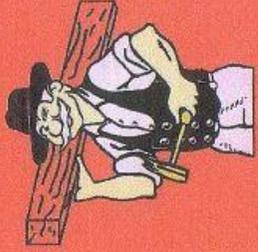


Bernd Litz GE.DH

Meisterbetrieb in beiden Handwerken



**Bedachungen
Zimmereiarbeiten**



St. Wendeler Str. 75 - 66625 **Wolfersweiler**
Tel.: 0 68 52 / 9 23 46 - Fax: 0 68 52 / 9 23 48

U 19			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Müller Marius	RSF Nlw Team Puhl	88
2	Miosga Olaf	RC Mistral NK	89
3	Herz Daniel	Sport H2	89
4	Bayer Christian	RSF Nlw Team Puhl	88

U 17			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Page Steven	RSF Nlw Team Puhl	90
2	Müller Jonas	RSF Nlw Team Puhl	91
3	Schmidt Tobias	RSF Nlw Team Puhl	90
4	Christian Marius	RSF Nlw Team Puhl	91
5	Recktenwald Matthias	RSC St. Wendel	91
6	Alles Maximilian	RSC St. Ingbert	91
7	Klein Pascal	RV Schaumberg Thel.	91



Frank Becker
TV-VIDEO-HIFI-SAT
Kundendienst . Meisterservice
Georg-Friedrich-Händel-Str. 6
66629 Oberkirchen

Tel. (06855) 70 50
Fax (06855) 77 51
eMail: info@tvbecker.de



Für alle, die mehr wollen.

die durch die Hölle gehn....



Premiere Sport!



<p>5 wie Sporttrieb</p> <p>Der neue Ford S-MAX</p> <ul style="list-style-type: none"> Flexibles Sitzsystem „FoldFlatSystem“ Klimaanlage ESP IPS Intelligent Protection System u.a. mit Kniesitzbeleg für Fahrer, Kopf-Schulterstütze <p>schon für € 24.625,-</p>	
<p>FordRaten offensive</p> <p>ab € 222,- monat.</p>	

Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis

Feel the difference



Auto Martin-Zettl

Gartenstr. 2 • 88620 Friesen-Oberkirchen
Tel. 08856/99710
www.automartin-zettl.de

* € 222,- monatl. Leasingrate, € 5.000,- Leasinganzahlung bei 36 Monaten Laufzeit und 45.000 km Gesamtaufleistung. Ein Privatkunden-Angebot der Ford Bank, zzgl. € 560,- Überführungskosten.



Sascha, der Beisser dieses Jahr mit neuem Material am Start

und das Zebra aus der Palz, dieses Jahr leider nicht dabei



die durch die Hölle gehn....



Grüne Hölle 2005, SEN 2

Unser MTB Tipp im August:

MARIN[®]
→ MARINBIKES.DE

Schlaflos im Sattel
Das Nacht-Mountainbikerennen

www.SCHLAFLOSIMSATTEL.de

5/6 Aug 2006

MHK			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Wilmes Marcus	Team Stemper	83
2	Haake Tom	Endorfin-Solvis	82
3	Bertram David	Focus Cross Team	86
4	Martini Benjamin	RV Möwe Schmelz	78
5	Seel Stefan	RSF Phönix Riegelsb.	78
6	Ulrich Mathias	RSF NIw Team Puhl	87
7	Rauber Lukas		82
8	Kipping Tino	RV Möwe Schmelz	80
9	Donner Tobias		86
10	Keller Daniel	RSF NIw Team Puhl	87



FHK			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Schmitt Silke	SR Suntour	87
2	Werkle Manuela	RSF NIw Team Puhl	85
3	Busbee Leonore	Team L&H	57

Kategorien:

U 11: bis Jahrgang 1996

U 17: Jahrgänge 1990 bis 1991

Juniorinnen: JG 1988 bis 1991

MHK: Jahrgänge 1977 bis 1987

Senioren 1: Jahrgänge 1966 bis 1976

Senioren 2: Jahrgänge 1965 und weniger

U 15: Jahrgänge 1992 bis 1995

U 19: Jahrgänge 1988 bis 1989

FHK: Jahrgänge 1987 und weniger

MB

Müller Baustoffe

*Alles Gute
für's Bauen*

Baustoffring



Die Händler vom Fach

66629 Freisen Tel. (06855) 99770

**Baustoff
Union**

die durch die Hölle gehn...



Team „Grüne Hölle Freisen“
(Michael Alles, Uwe Glasen, Jochen Martin)
beim MTB-CUP-Saar in Niederlinxweiler 2005

Salon
Susanne Jentes



Schulstraße 20
66629 Freisen
Tel.: 06855/445

ATZ

Ambulantes Therapiezentrum Freisen
Praxis für Krankengymnastik und Massage

Michael Alles
Physiotherapeut

In der Zennwies · 66629 Freisen
Fon: (0 68 55) 99 67 98 · Fax: 18 48 96
www.atz-freisen.de

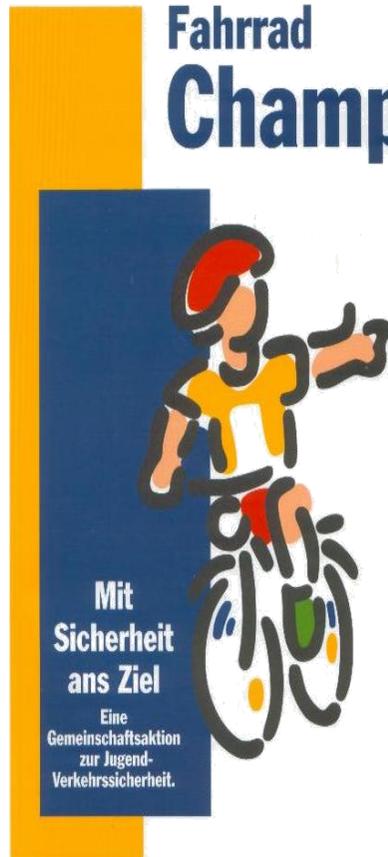
SEN 1			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Scholtes Jürgen	RV Möwe Schmelz	68
2	Radosavljevic Zoran	Bike Aid Team	68
3	Koch Edwin	RV Schaumberg	72
4	Schnur Frank	RC Möwe Schmelz	
5	Schütz Stephan	RV Tempo Hirzweiler	76
6	Fuchs Michael	Noxocycles.com	73
7	Koch Michael	RF Homburg	71
8	Maas Heiko	RSF Nlw Team Puhl	71
9	Hoffmann Michael	RSF Nlw Team Puhl	69
10	Herter Peter	Einheimischer.de	72
11	Di Vincenzo Domenico	RV Tempo Hirzweiler	69
12	Bieg Jörg	RSF Nlw Team Puhl	70
13	Neufang Uwe	RSF Nlw Team Puhl	68
14	Decker Michael	RSF Nlw Team Puhl	70

Das erste Rennen des Cups in Niederlinxweiler dieses Jahr leider ohne Beteiligung des Teams „Grüne Hölle Freisen“, die krankheitsbedingt oder wegen Vaterpflichten nicht teilnehmen.....



Kreismeisterschaft zum

Fahrrad Champion



in der Bruchwaldhalle Freisen



24. September 2006:

10:00 - 12:30 Uhr

Qualifikationsturnier zur Kreismeisterschaft

13:00 – 16:30 Uhr

Kreismeisterschaft des Landkreis St. Wendel

...Wir sind vorbei am Rothsberg. Ritchey WCS oder doch Syntace? ...Am Hochbehälter vorbei - so wieder Konzentration - endlich wieder 'nen schönen flotten Trail runter. Durch eine Schneise geht's in ein Feld voll mit Riesenbärenklau. „Wer pflanzt denn sowas an?“ scherzt einer verwundert. Noch einmal gehts über die L133 in heimische Gefilde. Jeder gibt noch mal Gas, das große Blatt drauf und hoch und runter geht's - mein Bike schwebt über die breite Piste. Ich schau nach hinten. Also doch! Der Fluch der Continental-Hexe hat mich mal wieder getroffen!! Aber milde - nur ein schleichender Platten! Den darf niemand bemerken! Ich lass mich nach hinten durchreichen. „Noch ein Abstecher durch die „Grüne Hölle?“ fragt Uwe. Keiner hat mehr Lust - nur noch den Trail zur Eisernen Talbrücke heizen wir runter - so ähnlich muß sich auch ein Fully fahren lassen. Die letzten paar hundert Meter rollen wir langsam auf dem FWW nebeneinander - ich immer ein paar Meter hinterher. Hoffentlich hält noch die Luft! Fünf Minuten später sind wir am Sportplatz. Jeder stoppt seinen Tacho. Erleichtert leg ich schnell mein Rad ins Auto. Uff! Geschafft! „Rund 66 Km und 1400 Höhenmeter in knapp 4 1/2 Stunden.“ Uwe scheint erstaunt: „Keinen Platten heute?“ „ Vollgummi-Reifen!“ sag ich. Uns drängt's nach Hause. Alle sind von der Strecke begeistert. „ Noch besser als die letzte!“ Alle (fast) sind platt und haben Krämpfe in den Beinen. Und ich? Brennessel, Sturz, Kratzer, Bremsen, Stiche, zwei Tage Muskelkater, und zwei Wochen Prellungen in allen Regenbogenfarben! Aber keinen Platten!! Und zudem: mit dem Hardtail weg und mit dem Fully zurück! Wo gibt's denn das sonst noch? (außer bei den Polen ;-) Also, kurz und knapp: Die schönsten 66 die ich je gefahren bin.



Snison

die durch die Hölle gehn....



Die Masters of Hell beim Triathlon in Baumholder:



vor dem Start....



und nach getaner Arbeit!

SEN 2			
Platz	Name	Team	Jahrgang
1	Mailänder FP	RV Tempo Hirzweiler	61
2	Weis Achim	RSV Fraulautern	64
3	Gindorf Michael	Team Schwalbe	54
4	Breug Mathias	RSC Kusel	59
5	Fassbender Markus	RV Tempo Hirzweiler	62
6	Kautsch Helmut	RSC Kusel	61
7	Lessmeister Hardy	Team L&H	60
8	Stein Thomas	Team Stein	65
9	Mailänder Klaus	RV Tempo Hirzweiler	52

Wir sehen uns:
3. Lauf MTB-CUP-SAAR
12. August im Hirzweiler



Saisonfinale MTB-Cup-Saar 2006
MTB Einzelzeitfahren - 12. 08.2006
in und beim RV Tempo Hirzweiler



www.RV-TEMPO-HIRZWEILER.de

⊗ Raiffeisen-Markt

die **raiffe** Leistung



Ihr **kompetenter** Partner für:

- **Qualitätsbaustoffe:** vom **ROHBAU** bis zur **AUSSENANLAGE**
- **Haus- u. Gartenartikel • Heimtiernahrung**
- **Heizöl, SuperHeizöl, Diesel**
- **Holzbriketts, Holzpellets, Kaminholz**
- **Braunkohlebriketts • Steinkohle**

... und alles, was Sie schon immer gesucht haben.

Raiffeisen-Markt Wolfersweiler
Raiffeisenstr. 1 • Tel.: 0 68 52 / 60 01 • Fax 60 05

Wir beraten Sie gerne!

Aber so toll ist es mit Bike-Schuhen auch wieder nicht und wir kehren wieder auf die Strecke zurück. Großes Blatt, schnelle Fahrt, aber Hoppla - Spurrillen, Aufgepasst! „Oooooh!!“ Plumps! Raschel! Olli hat den Abgang gemacht! „Hier geht's aber tückisch runter“ sagt er als er die Böschung raufraxelt und schaut zuerst auf sein Rad, dann an sich herunter. „Kleine Delle im Helm“ - nochmal Glück gehabt! Keiner lacht. Wir müssen auch noch runter: Arsch nach hinten, Hinterbremse zu, bisschen aufmachen für die Kurve, Bremse wieder zu - wieder runter - ausrollen lassen. Geschafft! „Das Eulental“. Ein schöner Wald mit Bächen und kleinen Schluchten. Überhaupt ist die Oberkirchener Ecke sauschön - zu schön für uns Freisener, wir beschließen daß das Eulental schon zu Grügelborn gehört! - die Oberkirchener Kumpels wurden überstimmt. Weiter fahren wir über den von uns neu angelegten Trail über Wurzeln und an aufgeschichteten Felsblöcken vorbei „Was hier wohl mal war?“ Auch die Oberkirchener wissens nicht - was wiederum für die Zugehörigkeit zu Grügelborn spricht. Eine der Brücken - letztes Jahr erst instand gesetzt - ist bereits wieder kaputt. „Da ist einer mit seinem Gaul drüber,“ weiß einer der Oberkirchener Fraktion zu berichten. Zurück durchs Tal Richtung Grügelborn - toller Weg - schnell, schmal und leicht bergab - und ein Riesen-Dachsbau-Hügel mitten im Weg! Heiko hebt voll ab und kommt noch sichtlich erschrocken neben der Piste zum stehen. Alle lachen - ist ja auch nix passiert. Also hoch auf „Eiselskist“. Schon im ersten Abschnitt verstummt das Gespräch. Ordentlich geht's den Berg hinauf der aussieht als würde er nie enden wollen. Wir werden wehrlose Opfer von Bremsen die leichtes Spiel mit uns haben, weil wir - wenn überhaupt - immer nur für eine 10tel Sekunde den Lenker loslassen können um nach der Teufelsbrut zu schlagen. Am Waldrand angekommen steigen wir ab und rächen uns. Erst als das letzte Vieh geklatscht wurde fahren wir weiter. Der zweite Abschnitt ist noch steiler, mit zwei Rampen drin mit 35% Steigung. Ich rutsche im Sattel ganz nach vorne, Druck auf die Gabel die immer wieder hoch will. Volle Konzentration! Gut das der Boden lehmig ist, auch für Mr. No Grip. Nicht alle schaffens. Schnaufend warten wir oben und machen derweil einen Pulsvergleich - Mr. Plappermaul hat den besten. Weiter geht's über den „Gipfel“ der Eiselskist und wieder bergab. Weiter über die L133 durch Reitscheid - an der Wazenberghütte wieder eine kurze Rast, dann vorbei durch einen engen Heckenspalier-Trail gefegt - Geil! Doch zu schnell und zu eng!!! Dornengestrüpp wächst in den Weg! Ich will noch mit dem Oberkörper ausweichen und lasse die rechte Hand vom Lenker, mit der linken noch bremsend! Ratz Fatz Abstieg über den Lenker in die Schlehenhecke! „Sind die Knochen noch heil?“ Die Kumpels helfen mir beim aufstehen. „Ja. Glaub schon!“ Ich bewege mich erst mal durch, inspiziere die Haut. Nur ein paar Kratzer, nicht mal eine Dorne abgekriegt! Ich warte auf Hohn und Spott, aber keiner sagt was. Der Abflug muß also ganz schön spektakulär ausgesehen haben. Glück gehabt! Also weiter! Über eine Wiese - Dann gehts gleich wieder links stramm den Berg hoch Richtung Asweiler. In Asweiler geht's dann wieder stramm den Berg hoch - aber geteert. Eigentlich kein Problem, aber nach 53 gefahrenen Kilometern schmerzen die Waden, die ersten bekommen Krämpfe. Und weiter geht's bergauf. Auf dem Weg zum Steinbösch gibts schweren Boden mit Treckerspuren, ich bin zu platt für aus den Sattel und rattere über die holprige Piste. Keiner spricht mehr. In Gedanken bau ich mir gerade ein schönes Fully zusammen - gerade bei Rahmen und Gabel aussuchen - fahr ich am Eingang zum eigenhändig angelegten Trail vorbei. Andreas weckt mich auf: „Bist du sicher daß alles bei dir in Ordnung ist?“ Alle lachen. Es wirkt irgendwie befreiend. Die Stimmung ist wieder besser. Also in den Trail rein der uns schnell nach Eitzweiler führt. Dort an den Bahngleisen vorbei wieder in einen schönen, hügeligen, nicht ganz einfachen Trail ins schöne Allbachtal. Wieder einmal geht's hoch, nicht enden wollend. Die Sonne steht jetzt hoch und der Schweiß lässt meine Wunden schmerzen. Ich lenke mich wieder mit „meinem“ Fully ab. Welche Gruppe? XO oder XTR? Laufradsatz mit Scheibenbremse? Sind die nicht zu schwer?

Doppelt gut!



Ihr Opel-Service Partner:



Opel. Frisches Denken für bessere Autos.

autobauer

Leipziger Str. 2
66606 St.Wendel

Tel. 06851-93290

Saarbrücker Straße 10
66625 Türkismühle

Tel. 06852-90130

Grosse Auswahl an Gebrauchtfahrzeugen, Jahreswagen und Vorführgewagen unter

www.autobauer.net



während des Rennens
und nach dem Rennen bei der After-Race-Party
unterhalten Sie unsere DJ's:



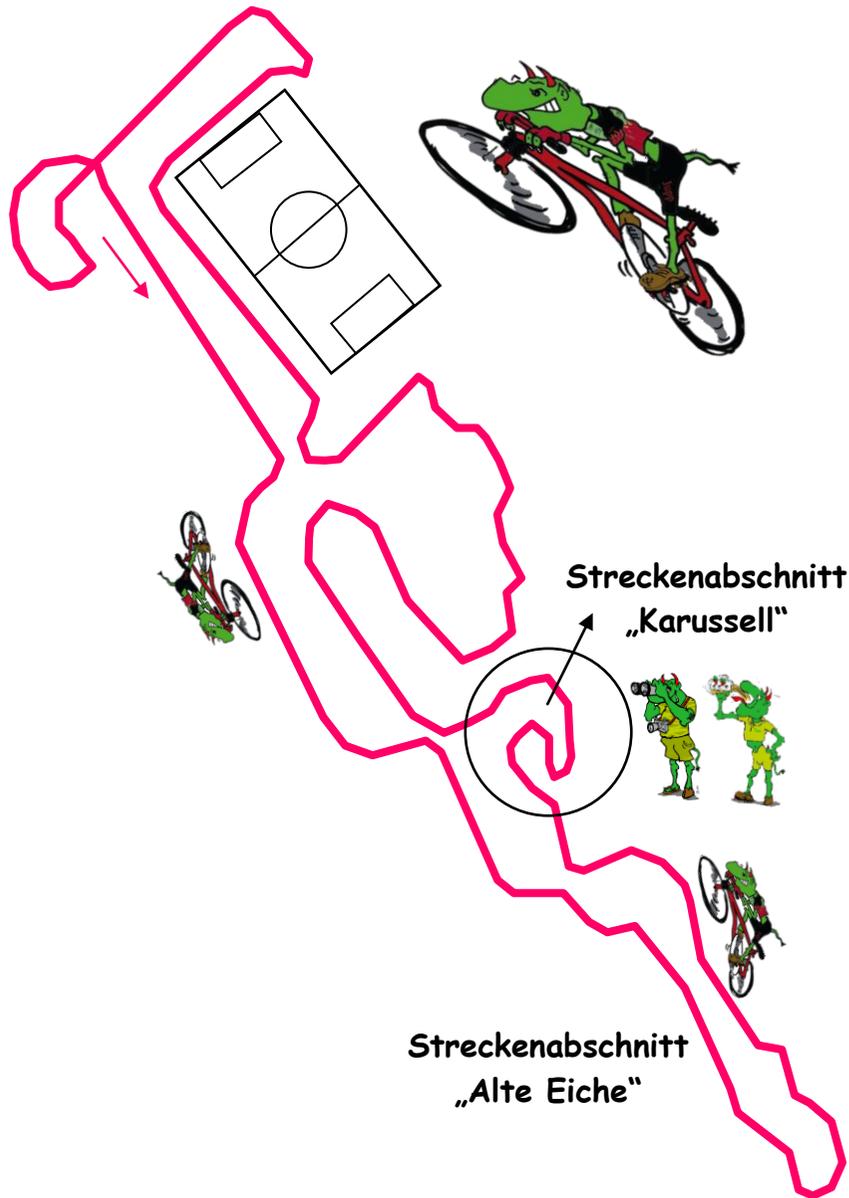
dieses Jahr leider
verhindert, vielleicht
im nächsten Jahr
wieder da:
DJ Graf Porno
(auf einem „Torch“ von Felt
zu beziehen bei
The B-Site)

DJ Hamma Hat
(auf einem „Little
Bastard“ von Felt
zu beziehen bei
Bikesport Scheid)



UND NUN GEHT'S DURCH DIE HÖLLE....

Die neue Cross-Country-Strecke:



...Also weiter hoch, am Aussichtsturm vorbei. Keiner hat Interesse aufzusteigen. Schade, aber 30 Meter rechts führt ein Pfad zum Steinbruchplateau. Genauso tolle Aussicht und die Treppenstufen gespart - sind eh nix für Biker! Zurück zum Weg. Jetzt gehts rechts flott bergab. Schön, was das? Scharfe Kurve rechts, dahinter eine Rampe hoch, mal wieder das falsche Blatt drauf - keine Chance! „Mist!“ Nicht schon wieder! Die Kuppe vergess ich immer wieder! Absteigen. Alle hinter mir auch. Die Blicke treffen mich - aber keiner motzt - schweigend schieben wir hoch auf das oberste Steinbruchplateau. „Tolle Aussicht“ sag ich, und weiter gehts bergab - wie auf der Flucht. Die Zahlen huschen am Tacho nur so vorbei. Baumstumpf! Aber durchgesägt. Am unteren Steinbruchplateau geht's noch mal hoch. Nass und schlammig, der Trail. Einer muß absteigen und kriegt braune Schuhe. Hi Hi, wohl auch kein Grip! Wir überqueren den Bach und sind nun auf der Pfälzer Seite. Sieht eigentlich alles normal aus. Sogar bei den Bäumen ist das grün oben. Hoch Richtung Keufelskopf (kein Druckfehler!). Auf halber Strecke biegen wir aber in einen schmalen Pferde-Trail ab, immer schön gemach den Berg hoch. Dann wieder ein Trail bergab, durch ein Bachbett, und wieder auf den Weg zum Keufelskopf. Oben dann über die K61 zum „Ameisenweg“-schnell und kurvig - und links den Trail hoch zum Drachenflieger-Ab sprungplatz. Auch hier eine super Aussicht! Links sieht man die Lichtenburg. Ein Drachenflieger ist gerade kurz vorm Absprung und schaut auf die Windfahne. Wir warten ...und warten - Er wird nervös. Wir entschließen uns weiterzufahren. Ein paar Meter weiter: „der hatte wohl Schiss“ - alle lachen. „Hier geht's nun schön steil runter!“ Wir heizen den Berg runter. „Mr. No Grip“ schwänzelt mit blockiertem Hinterrad hinterher. Auf halber Höhe geht's scharf rechts ab und weiter flott den Berg runter. Das letzte Stück richtig steil mit losem Geröll! Eigentlich geht's unten jetzt links weiter aber die Bremsen sind zu und auf dem Geröll kann ich nicht einlenken. Also kurz ausrollen lassen, absteigen und weiter. Der schmale Trail ist klasse, aber auch tückisch. Ständig liegen Steine im Weg, zudem gibt's zur Talseite hin einen steilen Abhang! Also schön langsam und aufgepasst! Hinter der Kurve kommen wir in ein schönes Tal mit Felsen, Bächen und vielen vermoosten Baumstämmen. Der einzige Weg runter führt durch ein altes Bachbett mit losem Geröll und Wurzeln - ich fahre vor und versuche mein Bestes - aber nach wenigen Metern kommen auch noch Stufen hinzu. Ich steig ab und schieb runter. Auch die anderen haben sichtlich Respekt vor dieser Abfahrt. Nach 50 Metern heißt's wieder aufsteigen. „Halt!“ ruft einer, „Platten“. Wir schauen beim reparieren zu. Der scheint noch nicht viele Reifen gewechselt zu haben - und 'nen Schlauch hat er auch keinen dabei. Ich geb Ihm einen von meinen und dazu noch ein paar Ratschläge - was die anderen wiederum zu belustigen scheint. Uwe fragt mal wieder nach, ob in meinem Reifen auch noch Luft ist. „JAAAA!!!“ „Gib nicht so viele Schläuche her, nachher hast du keinen mehr!“ Genug jetzt. Weiter geht's, vorbei an der alten Buche - zum Reichweiler Steinbruch. Oberhalb des Dorfes dann über Teer zurück ins Saarland. Adieu Pfalz. Am Mithrastempel machen wir wieder eine kurze Rast. Dann geht's auf den FWW (Fritz-Wunderlich-Weg) in Richtung Oberkirchen. Gerne würden wir nebeneinander fahren und entspannt mal ein wenig plaudern, aber jetzt heißt's Achtung vor den radikalen, watschelden Powerwalkern die im vierer Pulk über den Weg donnern und vor nichts auch nur einen Zentimeter ausweichen!! Deshalb schnell nach der Talbrücke rechts hoch zum Weiselberg. „Der Förster hat uns gebeten nicht auf die Spitze zu fahren, Naturschutzgebiet“ sag ich. Insgeheim ist jeder froh und die Mienen hellen sich auf. Aber kaum aus dem Waldstück rausgekommen, schmeiß ich das kleine Blatt drauf und biege rechts ab auf einen alten, ausgefahrenen Forstweg. Stramm geht's bergauf. Damit haben die nicht gerechnet!! Ich halte mich links und versuche nicht in die Spurrillen zu kommen. Einige müssen absteigen, auch Mr. Plappermaul „falsches Blatt drauf“, sagt er als er das Rad schiebend oben ankommt. Dran gekriegt! Am alten Sportplatz vorbei heizen wir den schönen kleinen Trail runter auf den Rundweg. Flott fegen wir am „Steinernen Meer“ vorbei, danach ein kleiner Trail runter zum FWW - dann wieder ab zum „Steinernen Schrank“. Der Weg dorthin ist geputzt, sogar Stufen sind in den lehmigen Boden gehauen - wir kraxeln ein wenig herum und man fühlt sich wieder wie 10 und auf Entdeckertour.



B I K E S & B O A R D S

55774 Baumholder Fon 06783 - 189726

www.the-b-site.de

Sehenswertes auf der neuen CC-Strecke:

Start / Zielbereich:

Die Anfahrt auf den Rathausplatz erfolgt über eine Gerüstbrücke

die uns die Firma „Pauli Gerüstbau“ freundlicherweise geplant und aufgestellt hat. Wer hier schnell ist unterhält nicht nur die Zuschauer, der legt auch die Grundlage für einen schnelle Rundenzeit.

„Alte Eiche“:

Schnelle Abfahrt ganz dicht an den Bäumen vorbei an den weitest entfernten Punkt der Strecke.

Danach geht es über einen kurzen aber knackigen Aufstieg wieder Richtung Freisen.

„Karussell“:

Viele haben uns im Vorfeld angefragt ob es wieder die Fuchsröhre mit unseren DJ's gibt. Was wir immer verneinen mussten.

Aber wir haben immer gesagt „...lasst euch überraschen“

Hier ist unser neues Highlight, „Das Karussell“

An diesem Streckenabschnitt könnt ihr unsere Biker gleich vier mal in kurzer Abfolge über die Strassen heizen sehen.

Unser Programm steht:

- **Neuwagen**
- **Gebrauchte mit Garantie**
- **Modernste Werkstatt-Technik**
- **Lackiererei**
- **Leihwagen**
- **Abschleppdienst**
- **Servicemobil**
- **Finanzierung + Leasing**
- **Versicherung**
- **High-Tech-Waschanlage**

ISO
Wir sind dabei.
9002



**Autohaus
Kemmer**

Nohfelden-Wolfersweiler
St. Wendeler Str. 62
Tel. 0 68 52 / 90 00-0

... die gute
Adresse!

Das freundliche Autohaus mit den großzügigen Öffnungszeiten:
Mo bis Fr von 7.15 - 18 Uhr, Sa von 7.15 - 13 Uhr

www.auto-kemmer.de • info@autokemmer.de

Die Grüne Hölle Runde 2006

Wir treffen uns halb neun am Sportplatz in Freisen. Uwe, Olli, Andreas, Heiko, Jochen und noch ein paar Kumpels. Heute wollen wir die neue 2006er CTF-Runde abfahren. „Wieder 66 Kilometer, aber mit vielen neuen Trails und Abschnitten“. Ich erklär Ihnen kurz die Route. Aber hat keinen Wert. „Ich fahr vor“. Aber zuvor, wie immer unter Bikern noch ein wenig Fachsimpelei: „wie ist denn der Reifen so?“ „Ist das Fully nicht zu schwer?“ „Wieviele Schläuche hast du dabei?“ (Das galt mir) Dann die allgemeinen Unfitness Bekenntnisse: „Ich komm seit Wochen nicht zum fahren“, „ich habe grad' nen Infekt hinter mir“, und los gehts. Schön gemütlich rechts an der Freizeitanlage vorbei - dann schon die erste Enttäuschung: der kleine Trail durch's Wäldchen ist durch Fällarbeiten nicht mehr befahrbar. Auch die Schneise zur Straße ist schon voller Brennessel, aber zu spät bemerkt und einen Rückwärtsgang haben Mtb's nicht. Fängt ja schon mal gut an! Mit noch kalten, aber schon brennenden Waden gehts den „steinernen Mann“ hoch, und der Puls auch. Das Gespräch ersummt. Fast! Einer plappert unentwegt weiter und fährt auf dem großem Blatt im Wiegetritt neben uns her, und das ist für einen gestandenen Biker fast die größte Erniedrigung die es gibt (die größte ist es auf der Bahntrasse von einem Rentner mit einem Tourenrad abgespatzt zu werden!). In der Kurve geht's dann weiter in den ersten Single-Trail - zu Beginn 'n bisschen schräg und mit Wurzeln. Noch etwas außer Atem rutsche ich seitlich über eine - Mist, noch keinen Kilometer gefahren und schon aus den Clickies! Wenigstens hab ich mich nicht gelegt! Die andern lachen. „Na, die falschen Reifen aufgezogen?“ - Depp! Also weiter. Und schön flott auf und ab um die Bäume gefegt! Dann nur kurz den Weg runter, um gleich links in den nächsten Trail einzubiegen. Der ist ganz schön nass - und knifflig. Ne schnelle Abfahrt, dann wieder links in ein kleines Tannenwäldchen rein - wieder ein Trail - leicht bergauf. Ein schöner Start! Jetzt geht's den Füsselberg hoch. Aber der Körper ist warm und der Puls hat sich eingepegelt, ohne Probleme sind wir auch schon am Seuchenkreuz vorbei und fahren den nächsten Trail. Dann über die L133 wieder in den Wald - breiter Weg, mittleres Blatt drauf und erst mal ein wenig zur Ruhe kommen! Ein kleiner Trail führt uns zur Straße. „An der Kreuzung haben wir an der CTF auf 50 m Gegenverkehr, ging leider nicht anders“. Weiter am Edelsteindorado vorbei 'ne flotte Abfahrt in den Mühlenwald, zum Mini-Trail über die kleine „Baustoffe-Müller-Palettenbrücke“ (von Mtb'lern für Alle gemacht) durch einen schönen Heckentunnel, dann weiter über die L315. Auf dem Fitnesspfad hoch, schön gemach im mittleren Blatt. Wieder 'ne kleine Enttäuschung: der Trail vom letzten Jahr ist wegen Rückarbeiten nicht mehr befahrbar. Also den Weg weiter zu einer geteerten Rampe mit ca. 25% Steigung. Kette links und hoch - auf dem Teer kein Problem. Doch irgendwie gehen dann allen die Endorfine durch - jeder gibt Gas und will als erster oben sein! Mr. Plappermaul hat schon wieder das mittlere Blatt drauf! Prahlhans! Oben angekommen sind wir (fast) alle ganz schön außer Puste! Die nächsten paar hundert Meter werden deshalb gemächlich und (fast) schweigend gefahren. Dann, auf dem Sparrenberg, sieht man schon die ersten Hirsche vom Naturwildpark. Wir aber fahren in Richtung Freisener Höhe auf den Galgenberg - unserer ersten Verpflegungsstelle. Wir machen hier 'ne kleine Rast. Wir schauen auf das verrostete „Freisener Kreuz“ dass uns irgendwie an einen Marterpfahl erinnert. Weiter geht's über die „Freisener Höhe“. Man hört deutlich die Windräder über einem rotieren - imposante Teile! Hier hat man auch eine tolle Aussicht über das Freisener Tal. Kurz über die L133, dann an einem Wind-Lehrpfad vorbei zum höchsten Punkt unserer Tour, dem Trautzberg. Da steht auch die „Kachelmann Wetterstation“. Die, bei der jeder Freisener beim Wetterbericht draufstarrt wenn der Balken vorbeirauscht: Freisener Höhe 8/16° C. Klasse! Freisen im Fernsehen! Und das täglich! Am Wiesenrand geht's vorbei, dann eine schnelle Abfahrt um dann endlich wieder in einen Trail abzubiegen - ein schöner Jäger-Pfad der uns auf halbe Höhe des Hellerberg führt... Dem Jäger haben wir versprochen diesen Pfad nur am Tag der CTF zu nutzen. Also, wenn Ihr's lest - nehmt Rücksicht! Dem Jäger und unserer Veranstaltung zu liebe!

Gasthaus "Beim Sattler"

TEL: 06855/1213



Öffnungszeiten
DI - DO ab 18.00 Uhr
FR - SA ab 11.00 Uhr
SO 10.00 - 13.00 Uhr
& ab 16.30 Uhr



MTB-CC-Rennen INFO und Zeitplan:

FR. 28.07.	ab 17:00 Uhr	Besichtigung der Rennstrecke (Ohne Streckenposten und Rotes Kreuz - befahren auf eigene Gefahr)
	ab 18:00 Uhr	Bikerparty mit Musik
SA. 29.07.	12:15 Uhr	1. Rennen U 15 / U 13
	13:10 Uhr	2. Schnupperrennen Kids U 11
	14:00 Uhr	3. Rennen U 19 / U 17 Frauen-Elite / Juniorinnen
	15:30 Uhr	4. Rennen Männer-Elite
	17:30 Uhr	5. Rennen Senioren 1 / Senioren 2

Siegerehrung in der Pause vor dem nächsten Rennen!
Bei allen Rennen besteht absolute HELMPFLICHT!!!

Jetzt schon Vormerken:
ab 19:00 Uhr
Grüne Hölle Party
mit

DJ Hamma Hat, und DJ LoverLover



SCHEID

BIKESPORT

Zu einem Top-Laden gehören natürlich auch Top-Marken:



ROTWILD



und viele mehr...

Bikesport Scheid
Schaumbergstr. 131
66822 Lebach - Thalexweiler
Tel.: 06888 / 91833
Fax: 06888 / 91834
E-Mail: mail@bikesport-scheid.de

die durch die Hölle gehn...



Grüne Hölle 2005 SEN 1

**Damit alles gut geht,
wenn etwas schief geht:
Die Gothaer
Unfallversicherung.**

Hier einige der vielen Vorteile:

- Absicherung vor den finanziellen Folgen eines Unfalls
- Versicherungsschutz rund um die Uhr bei allen Berufs- und Freizeitunfällen
- Sofortleistung bei Schwerverletzung

Generalagentur Martin Süs

Kirchstr. 14, 66606 St. Wendel/Bliesen
Tel. 06854 92977, Mobil 0171 9551248
martin_sues@gothaer.de, www.gothaer.de



Gothaer

Wir machen das.

m Niko Müller
Siebdruck

DIGITAL
DRUCKZENTRUM
●●●● Saar

- Siebdruck
- Display
- Digitaldruck

Industriegebiet West
66687 Wadern - Lockweiler
Tel.: 0 68 71 - 87 01
Fax: 0 68 71 - 87 02



EMAS
GEPÜFTES
UMWELTMANAGEMENT
D-281-00008

www.nmsiebdruck.de

die durch die Hölle gehn...



Flop des Jahres:
Team „Grüne Hölle“ beim abgesagten Marathon in Mannheim
(und Uwe war soooo gut vorbereitet)

Danny's Gudd Stube

Sonntag's ab 17.00 Uhr
STEAKTAG
alle Rumpsteak's inkl.
1/2 | Bier für 10 € !!!

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag ab 15.00 Uhr
Warme Küche von 17.00 bis 22.00 Uhr
Samstag und Sonntag ab 10.00 Uhr
Warme Küche von 11.00 bis 14.00 Uhr
und von 17.00 bis 22.00 Uhr

Bahnhofstr.11; 66629 Freisen; Tel.06855/997161

GERÜSTBAU + VERMIETUNG PAULI

66629 Haupersweiler

Tel.: 06855/6846

Fax: 06855/996827

Mobil: 0170/8986558

die durch die Hölle gehn....



siegen ist immer schön, aber in der Grünen Hölle noch viel schöner...
die Platzierten bei der U15 2005



Meisterbetrieb

Jörg Lehmann

DACH- WAND- UND ABDICHTUNGSTECHNIK

- Dächer aller Art
 - Bleche in allen Formen
 - Bauwerksabdichtung
 - Kaminsanierung
- Zennwies 4 66629 Freisen
Tel. 0 68 55 / 74 66
Fax 0 68 55 / 184 659
Mobil 0171 / 307 96 24

Grüne-Hölle-CTF

am 30. Juli 2006

Start: 8:00 - 11:00 Uhr am Bruchwaldstadion in Freisen

- 🚲 **21 km Familientour;** in diesem Jahr wirklich familienfreundlich!!! Durch die schöne Landschaft radeln und auf halber Strecke noch ein paar Kohlenhydrate auftanken - und das nahezu ohne Höhenmeter!!!
- 🚲 **34 km Hobbytour;** Sightseeing pur. Mit gemäßigttem Terrain! Über die Freisener Höhe und auf dem Fritz-Wunderlich-Weg zurück. Genau passend für unseren Hobbyathleten! Und danach schmeckt der Sonntagsbraten garantiert doppelt so gut.
- 🚲 **46 km Sportlertour;** ab geht's in den Wald! Schön, knackig und fast ohne Teer - dafür mit vielen Trails und Emotionen! Benötigt wird dazu nur noch etwas an Kondition und Bikebeherrschung!!!
- 🚲 **66 km Grüne-Hölle-Tour;** Trails und Höhenmeter satt!!! Bei ca. 1400Hm werden von dir Kraft, Kondition, Wille und Bikebeherrschung gefordert. 20er Schnitt? Vergiss es! Ankommen ist das Ziel! Wetten, es war nicht das letzte Mal?!

.....ist sie zu stark, bist du zu schwach"



**Ihr starker Partner
rund ums Auto!**



Ihr Renault Vertragshändler in

66629 Freisen • Baumholderstr. 47 – 51 • 0 68 55 / 92 00 0
66606 St. Wendel • Tritschlerstr. 1 • 0 68 51 / 80 82 0

- 📌 Neuwagen Renault
- 📌 Gebrauchtwagen An- und Verkauf
- 📌 Dekra und AU im Haus
- 📌 Auto-Waschanlage
- 📌 Karosserieabteilung
- 📌 Einbrennlackiererei

📌 ARAL-Tankstelle Freisen

Günstige Finanzierungs- und Leasingangebote der Renault Bank

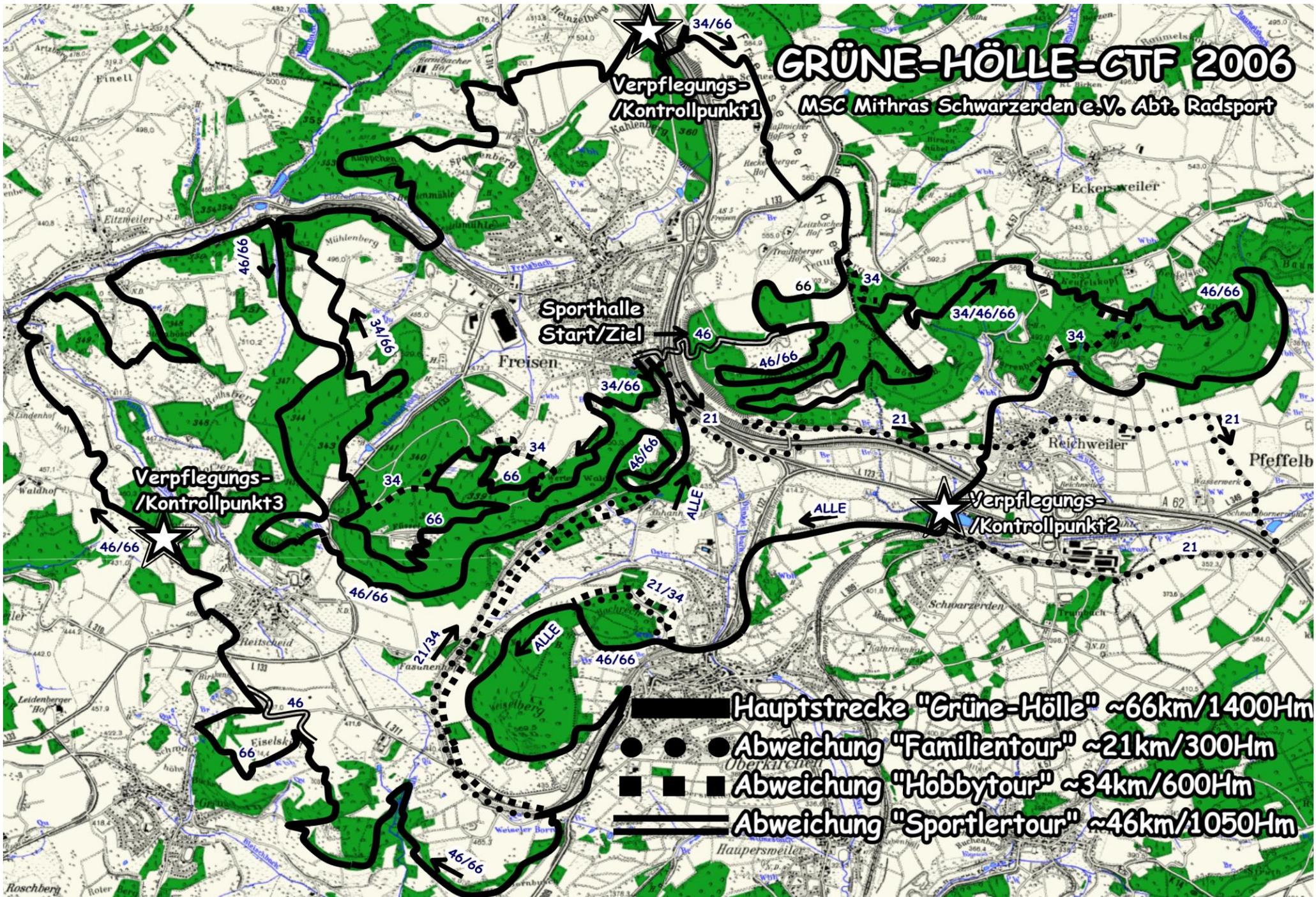
Ihr Gebrauchtwagenhändler in 66869 Kusel

Glanstraße 9 • 0 63 81 / 30 58



GRÜNE-HÖLLE-GTF 2006

MSC Mithras Schwarzerden e.V. Abt. Radsport



- Hauptstrecke "Grüne-Hölle" ~66km/1400Hm**
- ● ● Abweichung "Familientour" ~21km/300Hm**
- ■ ■ Abweichung "Hobbytour" ~34km/600Hm**
- — — Abweichung "Sportlertour" ~46km/1050Hm**