

Richtlinien für Mountainbiker

Règles de conduite pour les vététistes

Guidelines for Mountain Bikers Riders

Destination Zermatt-Matterhorn

A: NEBENEINANDER – Du bist nicht allein!

A: Partage des sentiers - Tu n'es pas seul!

A: Sharing the trails - You are not alone!

1 - Respektiere andere Wegbenutzer (Trail-Toleranz)

1 - Respecte les autres utilisateurs des sentiers (principe de coexistence)

1 - Respect other trail users (trail tolerance)

Sei rücksichtsvoll beim Kreuzen und Überholen von anderen Wegbenutzern. Mountainbike-Wege in der Destination Zermatt - Matterhorn verlaufen zu einem grossen Teil auf Singletrails, welche als Wanderwege signalisiert sind. Wanderer haben daher grundsätzlich Vortritt! Kündige daher deine Vorbeifahrt ausreichend früh an und reduziere deine Geschwindigkeit angemessen. Falls nötig, halte an oder steige vom Bike ab. Dieses zuvorkommende Verhalten, mit einem netten Gruss versehen, trägt viel zur gegenseitigen Toleranz bei.

Sois prévenant à l'égard des autres utilisateurs des sentiers lorsque tu les croises ou que tu les dépasses. Les parcours VTT de la destination Zermatt - Matterhorn empruntent pour la plupart des sentiers simples balisés pour la randonnée. Les randonneurs ont toujours priorité sur les VTT! Par conséquent, signale ton intention de les dépasser suffisamment tôt et réduis ta vitesse en conséquence. Si nécessaire, arrête-toi et descends de vélo. Un comportement prévenant, accompagné d'un petit salut, contribue largement à la tolérance mutuelle.

Be respectful when coming across and passing other trail users. Mountain bike trails in the destination Zermatt - Matterhorn to a large extent run along single trails, which are marked as hiking trails. Therefore, hikers fundamentally have the right of way! Announce (with your bell) your intention to pass long enough before you do so and reduce your speed appropriately. If necessary, stop or get off your bike. This courteous conduct combined with a polite greeting goes a long way towards contributing to mutual tolerance.

2 - Fahre vorausschauend und rechne mit dem Unvorhergesehenen

2 - Anticipe le danger et l'imprévu

2 - When riding, look ahead and plan for unforeseen events

Fahre stets achtsam und kontrolliert. Passe deine Geschwindigkeit jeweils der Situation und deinem Können an. Du musst in Sichtweite anhalten können, da in nicht-einsehbaren Passagen jederzeit andere Wegbenutzer, Tiere oder Hindernisse auftauchen können.

Sois prudent et garde toujours la maîtrise de ta monture. Adapte ta vitesse à la situation et à ton niveau de compétence. Tu dois toujours pouvoir t'arrêter bien en vue sur le sentier, car d'autres usagers, des animaux ou des obstacles peuvent surgir à tout moment dans les passages où la visibilité est limitée.

Always ride cautiously and controlled. Adapt your speed to the prevailing situation and your abilities. You must be able to stop within sight of others, because other trail users, animals and obstacles can appear in blind passages at any time.

3 - Meide stark frequentierte Wegabschnitte zu Spitzenzeiten

3 - Évite les tronçons de sentier très fréquentés aux heures de forte affluence

3 - Avoid heavily frequented trail sections at peak times

Gewisse Wegabschnitte (insbesondere Gornergrat-Riffelberg, Zmutt und Findeln) werden zu Spitzenzeiten (vor- und nachmittags) von anderen Nutzergruppen stark frequentiert. Daher sollten diese dann gemieden und nur zu Randzeiten (morgens oder abends) befahren werden.

Certains tronçons de sentier (notamment sur les parcours du Gornergrat-Riffelberg, de Zmutt et de Findeln) sont très fréquentés aux heures de forte affluence (matinée et après-midi). Il est donc préférable de les éviter en journée et de les emprunter uniquement aux heures de faible fréquentation (début de matinée ou soirée).

Certain trail sections (in particular, Gornergrat-Riffelberg, Zmutt and Findeln) are heavily used by other groups of people during peak periods (mornings and afternoons). Therefore, these should be avoided at those times and only ridden on during off-peak hours (mornings and evenings).

B: UMWELT – Sorge dich um unsere Umgebung!

B: Environnement - Prends soin de notre environnement!

B: The environment - Take care of our surroundings!

4 - Schone, was du selber genießt

4 - Préserve ce que tu apprécies toi-même

4 - Preserve what you enjoy yourself

Fahre nur auf signalisierten Wegen und Routen. Kreiere weder Abkürzungen noch neue Trails. Das Querfeldein-Fahren auf Wiesen und Wald ist tabu, da dieses Verhalten der Flora und Fauna als auch dem Image des Mountainbike-Sports schadet. Begegnest du einem Tier, halte an und warte, bis es sich zurückgezogen hat. Du respektierst markierte Schutzgebiete sowie Wegsperrungen und Anweisungen durch Polizei, Militär, Wildhut und Forstdienst.

Emprunte uniquement les sentiers et circuits balisés. Ne crée pas de raccourcis ou de nouveaux tracés. Il est formellement interdit de traverser des prairies et des forêts en dehors des sentiers balisés, car ce type de comportement nuit à la flore et à la faune, ainsi qu'à l'image du VTT. Si tu croises un animal, arrête-toi et attend qu'il s'éloigne. Respecte les zones protégées ainsi que les barrages de sentier et les instructions de la police, des forces militaires, des garde-chasse et gardes forestiers.

Only ride on signed trails and routes. Do not take or create any shortcuts or new trails. Taking shortcuts over meadows and through forest sections is taboo, because such conduct not only damages flora and fauna, it also does the same thing to mountain biking. If you come across an animal, stop and wait until it leaves. Respect marked protected areas as well as closed trails and instructions from the police, military, game warden and forest service.

5 - Hinterlasse keine Spuren

5 - Ne laisse aucune trace de ton passage

5 - Do not leave any tracks behind

Bremse nicht mit blockierten Rädern, denn dies schadet dem Trail sowie deinem Material. An jeder Tal- und Bergstation hast du die Möglichkeit, deinen Abfall korrekt zu entsorgen. So schonst du die Bergwelt der Destination Zermatt - Matterhorn vorbildlich.

Ne freine pas en bloquant les roues, car cela abîme les sentiers et le matériel. À chaque station de vallée ou d'altitude, tu trouveras des poubelles où déposer tes déchets sans polluer. Tu préserveras ainsi de manière exemplaire l'univers alpin de la destination Zermatt - Matterhorn.

Do not lock your wheels when braking, because this damages the trail as well as your bike. There is a place at every valley or mountain station where you can throw away your garbage correction. This is a model way to protect the mountain world of the destination Zermatt - Matterhorn.

6 - Schliesse Weidezäune nach der Durchfahrt wieder

6 - Referme les barrières ou grillages des pâturages après les avoir traversés

6 - Close pasture gates after going through

Dadurch verhinderst du das Entlaufen des Viehs und schaffst dir viel Wohlwollen bei Alppersonal und Bauern. Vieh-Herden umgehst du zu Fuss, ruhig und mit genügend Abstand.

Tu éviteras ainsi que du bétail ne s'échappe et gagneras la bienveillance du personnel des alpages et des éleveurs. Pour contourner les troupeaux, descends de vélo, reste calme et maintiens une distance suffisante.

By doing so, you prevent the cattle from escaping and create a great deal of goodwill from the Alp workers and farmers. Go around cattle herds by walking quietly and at enough distance.

C: SICHERHEIT – Trage Verantwortung!

C: Sécurité - Sois responsable!

C: Safety – Be responsible!

7 - Rüste dich gut aus

7 - Équipe-toi correctement

7 - Equip yourself well

Fahre nur mit einem technisch einwandfreien und strassentauglichen Mountainbike. Nebst Helm, Handschuhen, Licht, Glocke sowie Reparatur- und Erste Hilfe-Set gehören auch Regen- und Wärmeschutz zur Grundausrüstung dazu. In der Bergwelt der Destination Zermatt - Matterhorn ist stets mit einem Wetterumsturz zu rechnen. Überprüfe deine Ausrüstung regelmässig!

Utilise uniquement un VTT en parfait état technique et apte à la circulation routière. Casque, gants, éclairage, sonnette, trousse de réparation et de premiers soins font partie de l'équipement de base au même titre que les vêtements de pluie et la protection thermique. En montagne et plus particulièrement à Zermatt - Matterhorn, il faut toujours s'attendre à un brusque changement de la météo. Vérifie régulièrement ton équipement!

Only ride with a mountain bike in good technical condition and road compatible. Besides a helmet, gloves, light, bell and with a repair and first aid kit, rain gear and heat protection belong to your basic equipment. In the mountains around the destination Zermatt - Matterhorn, there is always a chance of a sudden change in weather conditions. Check your gear regularly!

8 - Plane deine Tour gewissenhaft

8 - Planifie consciencieusement ton circuit

8 - Plan your tour carefully

Dank der im Buchhandel erhältlichen Routenführern, Mountainbike-Karten oder den lokalen Bike-Guides kommst du nicht vom Weg ab. So wirst du weder in konditioneller noch in technischer Hinsicht überfordert. Merke dir, bestimmte Tourenziele sind in der Destination Zermatt - Matterhorn aufgrund der alpinen Höhe (bis zu 3100 m) nur innerhalb von 3 Monaten (Juli-September) erreichbar. Das Befahren der gewählten Routen erfolgt grundsätzlich auf eigene Verantwortung.

Les guides des circuits VTT, cartes VTT ou guides locaux des balades à vélo disponibles en librairie t'aideront à ne pas t'écarter de ton chemin. Cela t'évitera d'avoir à surmonter des difficultés dépassant tes capacités physiques et techniques. N'oublie pas que certains buts de randonnée VTT de la destination Zermatt - Matterhorn ne sont accessibles que trois mois par an (de juillet à septembre) en raison de l'altitude (jusqu'à 3'100 m). Le vététiste emprunte l'itinéraire choisi à ses risques et périls.

Thanks to the route guides, mountain bike maps or the local bike guides available in bookstores and kiosks, it is not so easy to lose your way. You will not be over-challenged in terms of your condition and technical skills. Keep in mind that certain tour objectives up to 3,000 m in the destination Zermatt - Matterhorn can only be undertaken during a short period of three months (July to September). Riding on selected routes is always at your own responsibility in principle.

9 - Informiere dich über die Wettervorhersage

9 - Consulte les prévisions météorologiques

9 - Inform yourself about the weather conditions

Informiere dich über die Wetteraussichten sowie über die Dauer und Anforderungen der gewählten Route, um Unterkühlung und Überanstrengung zu vermeiden. Eine gute Wetterlage sorgt dafür, dass die geplante Tour nicht nur eindrücklicher, sondern auch objektiv sicherer durchzuführen ist. Gewitter und Steinschlag stellen im alpinen Raum eine grosse Gefahr dar.

Consulte les bulletins de prévisions météorologiques et renseigne-toi sur la durée et le niveau de difficulté de l'itinéraire choisi afin d'éviter tout problème d'hypothermie ou effort excessif. Si la météo est favorable, le circuit prévu paraîtra non seulement plus sûr, mais il le sera aussi en toute objectivité. En région alpine, l'orage et les éboulements sont très dangereux.

Inform yourself about the weather forecast as well as the length, challenges and demands of the selected route in order to avoid hypothermia and overexertion. Good weather conditions ensure that the planned tour is not only impressive but also objectively can be ridden safely. Storms and falling rocks present a great deal of danger in the Alpine area.

10 - Notiere dir die wichtigsten Notrufnummern

10 - Note les principaux numéros d'appel d'urgence

10 - Note the most important numbers

Notruf Schweiz: 144

Polizei: 117