



## TRAILSTARS FALSTER

Siden 2014 arbejder frivillige i Trailstars Falster på at bygge mountainbike spor og på at øge kendskabet til det at cykle på mountainbike. I øjeblikket har vi 3 spor i en radius af 10 km fra Nykøbing F. Vores sporbygger arbejdsdage er kendte for fællesskabet, hygge og hårdt arbejde. Gå ikke glip af dette fællesskab, hvis du vil køre MTB!

Du kan støtte os ved at benytte Mobilepay (61317) eller Singletracker App'en mens du benytter sporet. Hent den på din mobil. Er du daglig bruger har du også mulighed for at købe vignetten, og vise at du støtter Trailstars Falsters sporarbejdet – vignetten kan købes hos vore lokale cykelforhandlere.

### LÆS MERE PÅ

[www.trailstarsfalster.dk](http://www.trailstarsfalster.dk) eller Facebook „Trailstars Falster“. Aktiviteter og ture se „MTB Falster“ på Facebook.



### HUSK!

- ↳ Brug af sporet på eget ansvar
- ↳ Hjelm, Mobil, 112 app og sygesikringskort
- ↳ Vis hensyn til andre og naturen
- ↳ Kør kun på det afmærkede MTB spor
- ↳ Se spor status på Facebook
- ↳ Kør ansvarligt! Pas på dig selv og hinanden

### NB!

- ↳ Use of Trail is at your own risk
- ↳ Helmet, mobile phone, 112 app and ID paper
- ↳ Please show respect to others and nature
- ↳ Only ride the marked MTB trail.
- ↳ See information regarding the trails on Facebook
- ↳ Ride responsible! Look after yourself and each other

### ACHTUNG!

- ↳ Benutzung der Strecke auf eigene Gefahr
- ↳ Helm, Handy, 112App und Krankenversicherungskarte dabei haben
- ↳ Nehmen Sie Rücksicht auf die Natur und die Menschen
- ↳ Halten Sie sich an die markierten MTB Trails
- ↳ Informieren Sie sich im Voraus über den Trails am Facebook
- ↳ Fahren Sie verantwortungsbewusst – Achten Sie auf sich und andere.

## CYKELFORHANDLERE

#### Cyklebørsen

Gaabensevej 87  
4800 Nykøbing F.  
Tlf 5485 4835

#### Vulkan Cykler

Nygade 15  
4800 Nykøbing F.  
Tlf 5485 1306

#### Larsson Cykler

Torvet 11  
4963 Maribo  
Tlf 4264 2024

#### Storgaard Cykler

Tilegade 28  
4900 Nakskov  
Tlf 5492 4154

#### Byens Cykler

Voldgade 14  
Vordingborg  
Tlf 3514 2407

## OVERNATNING

#### Sydfalster Turist & Erhvervsforening

Marielyst Strandvej 54  
4873 Væggerløse  
Tlf 5416 1210  
[www.marielyst.dk](http://www.marielyst.dk)

#### Danhostel Nykøbing Falster

Østre Alle 110  
4800 Nykøbing F.  
Tlf 5485 6699  
[www.vesterskoven.dk](http://www.vesterskoven.dk)

#### Østersøparken Camping

Bøtøvej 243  
4873 Væggerløse  
Tlf 5413 6786  
[www.ostersoparken.dk](http://www.ostersoparken.dk)

#### Ny Camping Marielyst

Sildestrup Øvej 14A  
4872 Idestrup  
Tlf 2444 1650  
[www.marielystnycamping.dk](http://www.marielystnycamping.dk)



# MOUNTAINBIKE LOLLAND-FALSTER

## BANGSEBROSKOVEN

Et 5 km let singletrack, godt afmærket og inkl. 400 m teknikbane. Tæt på sporets start ligger der en hyggelig bålhytte med flere store plankeborde, grill pladser og et toilet.

Hovedsporet er intensivt i flad tæt bøgeskov med mange sving, små broer, og forskellige udfordringer undervejs. De offentlige stier omkring giver gode muligheder for at stå af og på, hvor man ønsker det. Absolut børnevenligt og for nybegynderen. Let øvede kan med fordel køre intervaltræning.

### Gå ikke glip af en tur på teknikbanen!

Teknikbanen indeholder en 250 m pumptrack bane med valg som balance linje og en linje med hop & sving. Dette er det naturlige mødested og en sjov "legeplads" for alle.

Kom og besøg Trailstars Falsters MTB legeplads og lær sporene IRIS, Snedkerhøjene, Nielens Mose, Gammel Eg og Lærken at kende, samt gå ikke glip af Falsters flotteste teknikbane midt i skoven.

### START

Bangsebro Allé 3, Nykøbing F. GPS: 11.8791, 54.7879



## HAMBORGSKOVEN

Sporet snor sig 4 km gennem flot gammel bøge- og granskov, hvilket giver en fantastisk naturoplevelse undervejs.

Landskabet er lettere kuperet og kan køres af alle. Der er mulighed for tilvalg undervejs med udfordringer på teknik og mod. Sværhedsgraden afhænger i høj grad af, hvor hurtigt det køres! Et sjovt og flowy spor, der godt kan kilde i maven! Sporet er godt besøgt af såvel begyndere, som garvede mountainbikere, absolut et besøg værd for hele familien!

Kom og udforsk Trailstars Falsters første MTB spor "den gamle dame" med features som Bjerget, Granathullet og Rævebakkerne.

### START

Ved Hamborgskoven 2, Nykøbing F. GPS: 11.83695775, 54.77681755

## SYSTOFTE GRUSGRAV

Trailstars Falsters bud på en forlystelsespark for MTB ryttere og en oplagt mulighed for at finde dit indre legebarn frem. Vildt singletrack på 5 km. Det er godt afmærket og de fleste svære features har nemmere linjer.

De blå linjer kan køres af de fleste, mens de røde og sorte er teknisk svære. Sporet snor sig på grusgravens bakkekamme og ned af de stejle skranter til søbredden og op igen. Det minder mest om ét stort teknikspor, for der er virkelig bygget mange features, såsom pumptracks, drops, wall-rides, hop, berms, rockgardens og lange broer i flere niveauer. I bunden ligger et hyggeligt fællesområde, med borde og bænke og et toilet. Der er også en mobil pumptrack bane, en linje med hop & drop og 2 shelters med bålpladser.

Absolut et kig værd for både eventyrlystne ryttere og for andre sporbyggere med mod på at suge nye indtryk og ikke mindst for familien med madkurven under armen, som vil se på spændende features med eller uden cykel.

### START

Systofte Bygade 2, Nykøbing F. GPS: 11.9296904, 54.78082732



### BANGSEBROSKOVEN

5 km easy singletrack with many bends, bridges and different challenges along the route. 400 m of technique track with balance line, hump and jump and a 250m pump track. Ideal for kids and beginners as well as trained – A fun playground for all!

5 km langer flachen Single Trail mit vielen Kurven und kleineren Hindernisse. 400 m Technikstrecke mit Balance- und Schwungübungen und einen 250 m langen Pumptrack. Die ganze Strecke ist für Anfänger und Kinder so wie für Fortgeschrittene geeignet. Ein beliebter Spielplatz für Alt und Jung.

### HAMBORGSKOVEN

The trail runs through an old beautiful forest and is 4 km. It is light hilly and can be ridden by everyone. There are optional choices along the way that challenge your technique and courage.

Diese Strecke führt 4 km durch einen sehr alten kupierten Buchenwald und kann von allen Könnern-Stufen befahren werden. Hier gibt es viele Zusatzoptionen, wo man sich technisch herausfordern kann.

### SYSTOFTE GRUSGRAV

This trail is an amusement park for MTB riders. A challenging single-track at 5 km. with Blue, Red and Black lines. You will meet features as Pump track, drops, wall-rides, jumps, berms, rockgardens and log bridges built in several levels.

Diese Strecke ist eine MTB Themenpark. Ein herausfordernder Single Track über 5 km mit blauen, roten und schwarzen Abschnitte. Es gibt viele Hindernisse wie Pumps, Drops, und Birms, ein Wallride, verschiedene Brücken sowie ein Rockgarden.

