



# ATHEN TRAIL-ATTACK

## Zum Zeus!

Athen? Klar, das ist die Akropolis, alte Tempel, Mythologie, Gyros und vielleicht ein bisschen Verkehrschaos. Und Biken? Oh ja! Wir sind versucht zu sagen: Athen ist ein 360° Playground. Die Trails wuchern üppig rund um die Stadt. Unsere Woche bietet darum die perfekte Mischung aus urbanem Vibe und richtig heissem Trailvergnügen. Stell dir vor, du kurvst zwischen jahrtausendealten Ruinen und fühlst dich wie ein Zeitreisender – aber eben mit dem Mountainbike. Das ist neu!

Und das Beste: Schon im Frühling und noch bis in den späten Herbst kannst du hier Sonne tanken, während dich der Frost bei uns an die kurze Leine nimmt. Athen – das perfekte Bike-Paradies, wenn du Bock auf Action und Geschichte in einem hast.

### 1. Tag **Flug nach Athen**

Anflug aus Zürich: Die Swiss oder Aegean Airlines bringen uns im Handumdrehen ans Ziel. Am Flughafen in Athen wartet bereits Angelos, unser Mann für die kommenden Tage. Wir fahren direkt ins Hotel. Für einmal dürfen alle unsere Kleider in den Hotelschrank - wir bleiben die ganze Woche. Linke Seite Bikeklamotten und Schoner, rechte Seite After-Bike, Schwimmen, Ausgehen. Die Regenjacke bleibt im Koffer.

Jetzt heisst es erst mal ankommen, Bikes zusammenbauen, das laue Abendlüftchen geniessen. Vielleicht ist dir nach einem kleinen Spaziergang mit dem letzten Licht am Meer.

Am Abend futtern wir uns erstmals durch die griechische Küche. Ein bisschen Gyros, ein bisschen Moussaka und ein Metaxa zum Absacken. Wir sind ganz da.

### 2. Tag **Athen Nord, 18 km/750 Hm**

Die Sonne geht auf, der Plan ist klar. Wir düsen in den Norden. Es ist Sonntag, also keine Staus, nur offene Strassen, die schnurstracks zu den Trails führen. Das Thermometer zeigt bereits am Morgen zweistellig. Es bleibt nur wenig Zeit zum Aufwärmen, bis der Trail mit allem nach uns schmeisst, was er hat. Wir fügen Aufstiegsschweiss und Abfahrtsadrenalin nahtlos aneinander. Knackige Passagen, Wurzeln, Schluchten. Zwischen durch braucht das Bike auch mal deine Schiebehilfe. Da ist bereits das volle Programm mit einem latenten Adrenalinspiegel. Und obendrauf: Eine Schlussabfahrt in den Sonnenuntergang, fast schon kitschig, direkt in eine gemütliche Taverne zum Nachtessen. Boom.

### 3. Tag **Athen Ost, ca. 30 km/400-700 Hm/1800 Tm**

Cooler Downhills gibt's nicht nur in Finale Ligure. Die kleine, lokale Bike-Szene hat am Mt. Imittos ganze Arbeit geleistet. Heute gibt's einen ausgewachsenen Shuttle-Tag! Dazu bedienen wir uns an den Hängen von Athens Hausberg. Der Shuttle holt uns beim Hotel ab und hievt uns weit hinauf bis auf 1000 m ü.M. It's Trail-Time! Hoch und runter, mal schottrig, mal felsig, durch Wälder und immer mit epischen Ausblicken auf die Millionenstadt und weiter drüben das Meer. In einer Taverne unter den Bäumen wird aufgetischt – Kaloriennachschub. Danach geht's weiter – noch mehr Trails, noch mehr Spass. Am Abend dann gibt's 'nen Sunset-Ride wie aus dem Bilderbuch. Es bleibt Raum für Spontanes: Beim Vorbeifahren erkunden wir eine geheimnisvolle Höhle. Auf den letzten Tiefenmetern versuchst du das Hinterrad deines Guides zu halten, damit du dich im Dickicht nicht verlierst. Der Trail wird dir alles abverlangen, ehe du unten in Athen wieder festen Asphalt unter die Stollen kriegst. Mit den letzten Sonnenstrahlen lassen wir uns von der Schwerkraft zum Hotel rollen. Im Abklingbecken unserer Apéro-Runde bringen wir das körpereigene Endorphin wieder runter in den grünen Bereich.

### 4. Tag **Das historische Athen, 24 km/600-800 Hm**

Heute ist erst mal Trail-Action an den Hügeln im Westen angesagt. Wir biken mit Aussicht auf die Stadt und die riesigen Häfen. Natur trifft Stadt. Ausflippen erlaubt. Supertrails, alle handverlesen, einer besser als der andere. Auf unseren Streifzügen durch die staubtrockenen Wälder liegt die Metropole permanent zu unseren Füßen. Mehr Athen geht nicht. Beim Austoben auf den Trails hilft uns der Shuttle, damit der Säuregrad in den Beinen nicht über die kritische Grenze steigt. Schliesslich stechen wir runter ins Gewusel der Stadt. Unser Ziel ist der Filopappou Hill im Angesicht der sagenumwobenen Akropolis. Ein perfekter Spot für unsere persönlichen Actionfotos. Der Filopappou überragt die Stadt wie eine Insel im Häusermeer. Auf der Abfahrt umkurven wir 3000 Jahre alte Relikte. Es fühlt sich an wie eine Zeitreise. Wir flanieren mit den Bikes durch die Altstadt und machen unser persönliches Streetfood-Festival mit Lunch im Künstlerviertel. Wer möchte radelt im Sightseeing-Stil vorbei an moderner Architektur und entlang der Küste zurück zum Hotel.





## 5. Tag **Tag zur freien Verfügung in Athen**

Gehe auf Entdeckungsreise durch die Hauptstadt Griechenlands. Die Akropolis solltest du nochmals aus der Nähe sehen. Der Tag gehört dir. Mit der U-Bahn gelangst du mühelos ins Zentrum. Wenn du möchtest, heftest du dich an die Fersen deines Guides und tauchst ins quirlige Stadtviertel Psyri ein. Mit seinen vielen Restaurants, Bars und Shops ist das Viertel das pulsierende Zentrum der Stadt. Du wirst es lieben! Du stehst eher auf Shopping? Du bist am richtigen Ort. Oder schnappe dir die restlichen Hotspots der Stadt im Hop-on Hop-off Bus. Feel free! Abends gibt's das Wiedersehen im Hotel und ein gemeinsames, leckeres Abendessen.

## 6. Tag **Der Süden, 30-45 km/600-1000 Hm**

Heute geht's Richtung Süden. Dein Bike ist bereits auf dem Hänger, wenn du aus dem Hotel kommst. Wir starten in einem stillgelegten Bergbauggebiet. Die alten Bahntrassen sind zu flowigen Singletrails mutiert und präsentieren sich geputzt und gestriegelt. Dazu Sonne, Meer und fröhliche Begleitung. Als bekennende Warmfahrer genießen wir die Wärme zu dieser Jahreszeit. Da bleibt im Moment grad kein Wunsch offen. Smooth steuern wir unsere Bikes entlang der Küste, den Blick ständig draussen auf dem glitzernden Meer. Ein paar Snacks aus dem Rucksack und weiter geht's. In der bereits tiefstehenden Sonne cruisen wir zum südlichsten Zipfel des Festlandes, wo wir von den Begleitfahrzeugen abgeholt werden. Wer noch Saft in den Beinen hat, fährt die letzten paar Kilometer mit dem Bike an die Steilküste. Ein spektakulärer Ort. Wir posieren im blutroten Sonnenuntergang vor dem antiken Marmortempel des Meeresherrn Poseidon. Auf dem Rückweg in die Stadt wird in einer Taverne zünftig geschlemmt, bevor wir in das Nachtleben von Glyfada eintauchen. Der perfekte Abschluss eines epischen Tages.

## 7. Tag **Ein bisschen Inselhopping, 30-50 km/500-800 Hm**

Ein kleines Inselhopping muss unbedingt noch sein! Mit der Fähre geht's rüber, rauf auf den Berg und dann rein in die Trails. Biken ist unser Lebens- und Genussmittel – ganz besonders auf Salamina. Unser Guide ist übrigens hier geboren. Ihr könnt euch darum bestimmt vorstellen, wie cool seine Hometrails sind. Ganz oben auf dem Hügel nehmen wir Fahrt auf. Da und dort flowig im Wald, aber immer wieder knifflig mit kleinen Sprüngen, wenn du magst. Per Shuttle geht's wieder hinauf. Natur und Trails zum Verlieben! Genieß den Flow, während du mit atemberaubenden Ausblicken hinunter cruisst. Den Tag lassen wir entspannt auf der Insel ausklingen, bevor es zurück ins nächtliche Lichtermeer von Athen geht.

## 8. Tag **Heimreise**

Gefüllt mit Restsonne und einer vollgepackten Trail- und Geschichtswoche geht's heute leider schon wieder zurück Richtung mitteleuropäischer Nebelkälte. Vielleicht liegt noch ein letzter Spaziergang am Meer oder ein Bummel durch die Stadt drin, bevor's zum Flughafen geht. Während das Flugzeug in die Wolken entschwebt, träumst du nochmals von dieser aussergewöhnlichen Bike-Woche, die du so wahrscheinlich noch nicht erlebt hast.

(Programmänderung vorbehalten)





Reisedaten	Anzahl Tage	Preis in CHF	EZ-Zuschlag total CHF
08.03.2025 – 15.03.2025	8	2290.-	480.-
15.11.2025 – 22.11.2025	8	2290.-	480.-
07.03.2026 – 14.03.2026	8	2390.-	480.-

Beachte die aktuelle Verfügbarkeit von Plätzen auf [www.mountainbikereisen.ch](http://www.mountainbikereisen.ch)

### Strecke und Anforderungen

Konditionell: einfach-mittel  
Technisch: anspruchsvoll

### Ausrüstung

Gewartetes Mountainbike, Bikeschuhe und Helm (Tragepflicht). Nach deiner Anmeldung bekommst du von uns eine detaillierte Ausrüstungsliste.

### Ersatzteile und Werkzeuge

Auf unseren Touren haben wir eine umfangreiche Werkzeugkiste mit Ersatzteilen dabei. Wir können jederzeit Ersatzbikes besorgen.

### Unterkunft und Verpflegung

Mittelklassehotel mit Vollpension.

### Shuttlebus

Von unserem zentralen Hotel am Rande der Stadt in der Nähe des Strandes shutteln wir täglich zu den Trails rund um die Stadt.

### Treffpunkt

Flughafen Zürich oder Athen

### Gruppengrösse

7 bis max. 10 Personen

#### Im Preis inbegriffen

- 7 Übernachtungen im DZ mit Vollpension (Lunchpaket am Mittag)
- Guide von mountainbikereisen.ch
- Einheimischer Guide
- Alle Transfers und Shuttles
- Technischer Support bei Pannen

#### Im Preis nicht inbegriffen

- Flug Zürich-Athen-Zürich (ab 400.-)
- Biketransport auf Flug (ab 80.-/Weg)
- Tischgetränke
- 1 Mittagessen am Ruhetag
- 1 Nachtessen

### Mögliche Leitung

Christian Keller

