

# WALDPARK ORDNUNG



Täglich geöffnet von 8–21 Uhr bei Tageslicht und trockenen Verhältnissen.



Bei Unfällen oder Notfällen wähle die Notrufnummer 112 und leiste Erste Hilfe.



Bei Sturm, Regen oder Gewitter ist die Anlage gesperrt.



Das Befahren der Trails ist ausschließlich mit Fahrrädern und Laufrädern erlaubt.



Die Anlage wird regelmäßig begutachtet und gewartet.



Bitte halte alle Fahrradstrecken und Fußwege frei. Keine Fahrräder ablegen.



Melde Schäden an der Anlage unter 0512/377378 oder an [gemeinde@gemeinde-lans.at](mailto:gemeinde@gemeinde-lans.at).



Im gesamten Waldpark herrscht Rauch- und Alkoholverbot.



Beseitige deinen Müll. Hinterlasse keine Schäden an der Anlage.



Campieren bzw. Nächtigen im Waldpark ist verboten.



Der Wald ist keine Toilette. Benutze das WC in der Kabine.



Das Mitbringen von Tieren ist nicht gestattet (ausgenommen Behindertenhunde).

**Haftung:** Die Nutzung der gesamten Anlage dient nur zur Spiel- und Sportausübung. Sämtliche Anlagen und Anlagenteile sind schonend und nur dem jeweiligen Zweck entsprechend zu nutzen. Die Benutzung des Waldpark Lans ist zu den angeführten Öffnungszeiten auf eigene Gefahr erlaubt. Eltern haften für ihre Kinder. Für Unfälle und sonstige Schäden, die durch Nichtbeachten von Weisungen des Betriebspersonals,

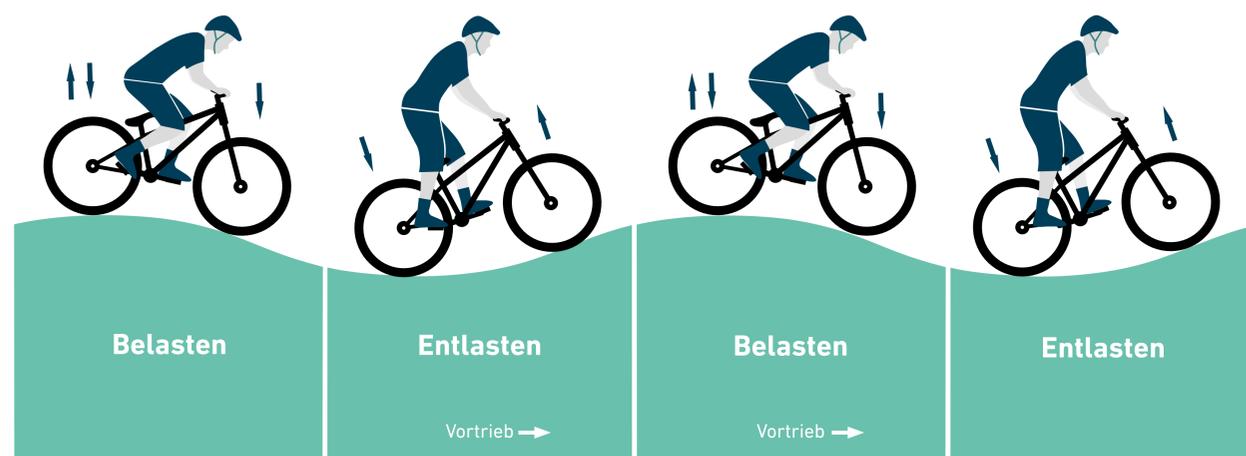
durch unsachgemäße Anlagennutzungen oder mangelnde Vorsicht, durch Selbstverschulden oder durch Verschulden Dritter entstehen, sowie bei Diebstählen und Beschädigungen eingebrachter Sachen durch andere Besucher besteht keinerlei Haftung seitens der Gemeinde Lans. **Gewerbliche oder vereinsorganisierte Nutzung der Anlage:** Sämtliche Arten von wirtschaftlicher Tätigkeit wie insbesondere

das Anbieten und der Verkauf von Waren und Dienstleistungen, die Verteilung von Werbematerial oder Werbegeschenken dürfen nur nach einer schriftlichen Genehmigung der Gemeinde Lans erfolgen.

# WALDPARK LANS

## Pumptrack

Der Rundkurs mit Wellen, Kurven und Sprüngen ist in einer Endlosschleife angelegt und wird durch schwungvolle Auf- und Abbewegungen – dem sogenannten „Pumpen“ – aktiv befahren. Es gilt, ohne zu pedalieren oder anzuschieben, alleine durch das „Pumpen“ die Geschwindigkeit zu erhöhen und zu halten.



### Tipps zur Fahrtechnik:

Langsam anfahren und langsam die Geschwindigkeit steigern – zuerst mit und später ohne Pedalieren. Durch das sogenannte „Pumpen“ beim Überfahren der Hügel und Wellen belastet und entlastet man das Fahrrad unter sich. Dabei spielt das aktive Verlagern des Körperschwerpunktes zum richtigen Zeitpunkt (Ziehen und Drücken am Lenker und Hochtiefbewegung des Körpers) eine entscheidende Rolle um das Fahrrad auf Geschwindigkeit zu bringen. Durch die Anliegerkurven geht es mit leicht angewinkelten Armen,

tiefer Haltung und vorausschauendem Blick Richtung Kurvenausgang. Idealerweise sollte man hoch in die Kurve einfahren und dann eine Linie im Bereich des oberen Drittel wählen.

**Hinweis: Benutzung auf eigene Gefahr. Kindern unter 8 Jahren ist das Benutzen der Anlage nur unter Begleitung eines Erwachsenen gestattet. Eltern haften für ihre Kinder. Befahren der Anlage mit Go-Karts, Scootern und Skateboards ist untersagt.**



Täglich geöffnet von 8–21 Uhr bei Tageslicht und trockenen Verhältnissen



Es besteht Helmpflicht. Das Tragen von Schutzausrüstung wird empfohlen.



Halte die Strecke frei und meide als Fußgänger die Fahrbahn.



Passe deine Fahrweise deinem Fahrkönnen an und vermeide Unfälle.



Bei Sturm, Regen und Gewitter ist die Anlage gesperrt.



Nimm Rücksicht auf andere Benutzer. Maximal 3 Personen zugleich.



Melde Schäden an der Anlage unter 0512/377378 oder an [gemeinde@gemeinde-lans.at](mailto:gemeinde@gemeinde-lans.at)



Bei Unfällen oder Notfällen wähle die Notrufnummer 112 und leiste Erste Hilfe.



Bitte beseitige deinen Müll. Hinterlasse keine Schäden.



Die Anlage wird regelmäßig begutachtet und gewartet.



LANS

# WALDPARK LANS

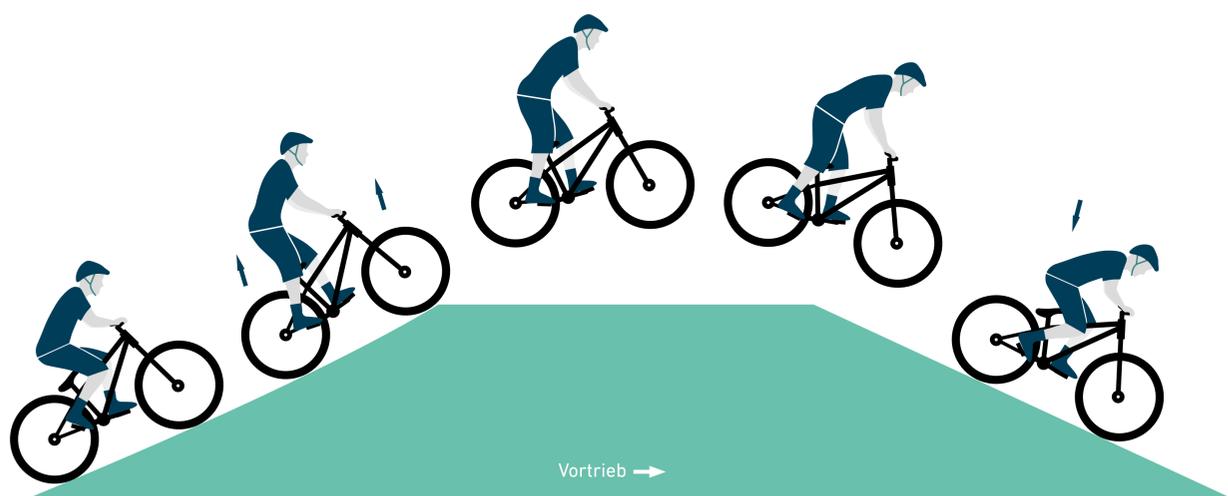
## Uphill Trail & Downhill Trail

Der Uphilltrail und Downhilltrail mit Wellen, Kurven und Sprüngen ist in einer Endlosschleife angelegt und darf ausschließlich in der angegebenen Fahrtrichtung befahren werden.

### Tabletop springen:

Aus der Grundposition mit gebeugten Armen und Beinen langsam zum Sprung anrollen. Sobald das Vorderrad die Absprungkante erreicht, erfolgt eine dynamische kontrollierte Streckung der

Arme und Beine. In der Flugphase bleiben die Arme und Beine gestreckt, ohne die Körperspannung und den Kontakt zu den Pedalen zu verlieren. Das Bike kann durch Vor- und Zurückschieben des Oberkörpers in die richtige Lage zur Landung gebracht werden. Beim Landen weich abfedern. Zuerst mit beiden Rädern am Schanzentisch landen, später mit mehr Geschwindigkeit in die Landung springen.



### Tipps zur Fahrtechnik:

Langsam anfahren und langsam die Geschwindigkeit steigern – zuerst mit und später ohne Pedalieren. Durch das sogenannte „Pumpen“ beim Überfahren der Hügel und Wellen belastet und entlastet man das Fahrrad unter sich. Dabei spielt das aktive Verlagern des Körperschwerpunktes zum richtigen Zeitpunkt (Ziehen und Drücken am Lenker und Hochtiefbewegung des Körpers) eine entscheidende Rolle, um das Fahrrad auf Geschwindigkeit zu bringen. Durch die Anliegerkurven geht es mit leicht ange-

winkelten Armen, tiefer Haltung und vorausschauenden Blick Richtung Kurvenausgang. Idealerweise sollte man hoch in die Kurve einfahren und dann eine Linie im Bereich des oberen Drittel wählen.

**Hinweis: Benutzung auf eigene Gefahr. Kindern unter 8 Jahren ist das Benutzen der Anlage nur unter Begleitung eines Erwachsenen gestattet. Eltern haften für ihre Kinder. Befahren der Anlage mit Go-Karts, Scootern und Skateboards ist untersagt.**



Täglich geöffnet von 8–21 Uhr bei Tageslicht und trockenen Verhältnissen



Es besteht Helmpflicht. Das Tragen von Schutzausrüstung wird empfohlen.



Halte die Strecke frei und meide als Fußgänger die Fahrbahn.



Passe deine Fahrweise deinem Fahrkönnen an und vermeide Unfälle.



Bei Sturm, Regen und Gewitter ist die Anlage gesperrt.



Nimm Rücksicht auf andere Benutzer. Maximal 3 Personen zugleich.



Melde Schäden an der Anlage unter 0512/377378 oder an [gemeinde@gemeinde-lans.at](mailto:gemeinde@gemeinde-lans.at)



Bei Unfällen oder Notfällen wähle die Notrufnummer 112 und leiste Erste Hilfe.



Beseitige deinen Müll. Hinterlasse keine Schäden.



Die Anlage wird regelmäßig begutachtet und gewartet.



# WALDPARK LANS

## Mini Pumptrack

Der Rundkurs mit Wellen und Kurven ist in einer Schleife angelegt und kann in beide Fahrtrichtungen befahren werden. Wenn eine Fahrtrichtung festgelegt ist, müssen alle Kinder in dieselbe Richtung fahren,

um Unfälle zu vermeiden. Es sind maximal 5 Kinder gleichzeitig im Mini Pumptrack erlaubt. **Beachte:** Kinder brauchen Pausen und müssen stets beaufsichtigt werden.

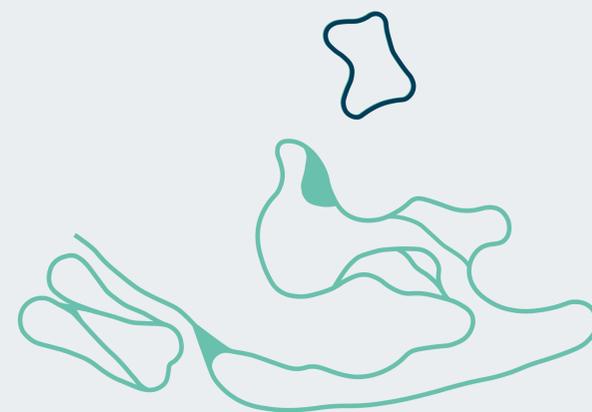


### Tipps zur Fahrtechnik:

Langsam anfahren und langsam die Geschwindigkeit steigern. Sehr kleine Kinder sollten zu Beginn gesichert durch Erwachsene ein paar Runden drehen. Erst wenn sie sich sicher im Kurs halten können, können sie alleine die Runden drehen. Den Lenker immer gut festhalten. Erste Versuche den Kurs mit dem Fahrrad ohne Pedalieren zu bewältigen, können Kinder ab einem Alter von etwa 5 Jahren probieren. Durch das sogenannte „Pumpen“ beim Überfahren der Hügel und Wellen belastet und entlastet man das Fahrrad unter

sich. Dabei spielt das aktive Verlagern des Körperschwerpunktes zum richtigen Zeitpunkt (Ziehen und Drücken am Lenker und Hochtiefbewegung des Körpers) eine entscheidende Rolle, um das Fahrrad auf Geschwindigkeit zu bringen.

**Hinweis: Benutzung auf eigene Gefahr. Kindern unter 8 Jahren ist das Benutzen der Anlage nur unter Begleitung eines Erwachsenen gestattet. Eltern haften für ihre Kinder. Befahren der Anlage mit Go-Karts, Scootern und Skateboards ist untersagt.**



Täglich geöffnet von 8–21 Uhr bei Tageslicht und trockenen Verhältnissen



Es besteht Helmpflicht. Das Tragen von Schutzausrüstung wird empfohlen.



Halte die Strecke frei und meide als Fußgänger die Fahrbahn.



Passe deine Fahrweise deinem Fahrkönnen an und vermeide Unfälle.



Bei Sturm, Regen und Gewitter ist die Anlage gesperrt.



Nimm Rücksicht auf andere Benutzer. Maximal 3 Personen zugleich.



Melde Schäden an der Anlage unter 0512/377378 oder an [gemeinde@gemeinde-lans.at](mailto:gemeinde@gemeinde-lans.at)



Bei Unfällen oder Notfällen wähle die Notrufnummer 112 und leiste Erste Hilfe.



Beseitige deinen Müll. Hinterlasse keine Zerstörung.



Die Anlage wird regelmäßig begutachtet und gewartet.

# WALDPARK LANS

## Schalensteine

**Schalensteine sind Steininformationen, in denen mehr oder weniger regelmäßige, meist kreisförmige Vertiefungen zu erkennen sind.**

Diese können auf natürliche Ursachen zurückzuführen sein, wie Erosion oder Einwirkungen der Gletscher, wie die Gletschermühle im Ullwald bei Igls. Die von Menschenhand hergestellten Schälchen sind ein Phänomen, das in ganz Europa zu finden ist. Über Ihren Zweck gibt es viele Theorien. Sie könnten praktischen Zwecken gedient haben, wie etwa zum Feuerbohren. Häufiger dürften sie aber für kultische oder astronomische Gründe angelegt worden sein.

Die Datierung ist sehr schwierig, da die Praxis von der jüngeren Steinzeit bis ins frühe Mittelalter gängig war. Dieser Schalenstein wird sich mit Blick auf andere Kultplätze in der Umgebung, wie den Goldbichl, etwa in die Zeit zwischen 2000 v. Chr. und dem Ende der einheimischen Kulte nach dem Einmarsch der Römer um 15 v. Chr. datieren lassen. Er ist kein Einzelstück, in der näheren und weiteren Entfernung sind weitere

schöne Exemplare zu finden, wie etwa am Lanser Kopf, am Goldbichl, auf dem Hügel oberhalb von Rans, bei der Kirche in Aldrans und am Beschriebenen Stein im Viggartal. Welche kultischen Handlungen hier konkret vollzogen wurden, kann nur spekuliert werden. Möglicherweise wurden Opfergaben in den Schälchen deponiert. Der Stein kann auch astronomischen Zwecken gedient haben, wie etwa als Kalender zur Feststellung der Jahreszeiten. Der Stein ist von Natur aus exakt Ost-West ausgerichtet, die Abbruchkante im Osten, an der sich die meisten Schalen befinden, verläuft genau Nord-Süd und wurde möglicherweise künstlich angelegt. Häufig sind mit Schalensteinen Rutschbahnen verbunden, die glatte Fläche Richtung Westen kann vielleicht als solche interpretiert werden.

Jedenfalls befand sich hier ein wichtiger Kultplatz, der nun ein neues Ambiente gefunden hat. Er sollte trotzdem mit Respekt behandelt werden.

*Autor*

Dieter Manhartsberger



LAN S