



1./2. BIS 11. JUNI

# 14th Stonecourt Annual Road Classic 2023

Inhaltsverzeichnis .....	Seite	01
Stonecourt Wild Chapter.....	Seite	03
Sponsoren, Partner und Supplier .....	Seite	04
Gesamtübersicht Tourplan .....	Seite	05
Prolog .....	Seite	06
Tour Tag 1, Freitag, 02.06. ....	Seite	07
Tour Tag 2, Samstag, 03.06. ....	Seite	08
Tour Tag 3, Sonntag, 04.06. ....	Seite	09
Tour Tag 4, Montag, 05.06. ....	Seite	10
Tour Tag 5, Dienstag, 06.06. ....	Seite	11
Tour Tag 6, Mittwoch, 07.06. ....	Seite	12
Tour Tag 7, Donnerstag, 08.06. ....	Seite	13
Tour Tag 8, Freitag, 09.06. ....	Seite	14
Tour Tag 9, Samstag, 10.06. ....	Seite	15
Tour Tag 10, Sonntag, 11.06. ....	Seite	16
Angriffsformation .....	Seite	17
Gefechtszeichen .....	Seite	18
Hotelübernachtungen .....	Seite	19
Funktionen und Aufgaben .....	Seite	21
Persönliche Ausrüstung .....	Seite	22
Catwalk .....	Seite	23
Stefan der Postulant .....	Seite	26

Internationales Buchstabieralphabet .....	Seite 27
Tisch- und Sitzordnung .....	Seite 28
Geschwindigkeitsbegrenzung / Promillegrenze .....	Seite 29
Benzinpreise .....	Seite 30
Nationalhymnen Österreich, Ungarn und Deutschland .....	Seite 31
Hilfreiche Übersetzungen .....	Seite 32
Gut zu wissen .....	Seite 33
Reisehinweise für Ungarn .....	Seite 34
Harley Davidson Vertretungen .....	Seite 35
Klimatische Tabelle Budapest .....	Seite 37
Meteo-Prognose .....	Seite 38
Rezept Stonecourt-Roulade .....	Seite 39
Sammlung der Worte des Tages .....	Seite 40
Fotos .....	Seite 41
Safe the date 2023 .....	Seite 42
Fotos .....	Seite 43
Die 12 GEBOTE des Stonecourt Wild Chapter .....	Seite 45
Fit mit Choke, 10 Übungen für Harley Biker .....	Seite 47
Für den Nachwuchs - Malen nach Zahlen .....	Seite 49
Unfall – Was tun? .....	Seite 50
Notfallzettel .....	Seite 51
Notizen .....	Seite 52



auf dem Bild fehlen Andrin Bertschmann und Mark Buck

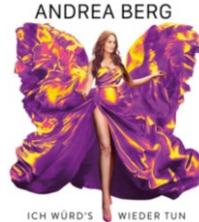
# Wir danken unseren Sponsoren, Partnern und Suppliern

Wir haben mit allen klare – nach Höhe des Engagements abgestufte - Vereinbarungen getroffen, wobei es uns ein grosses Anliegen ist, den spezifischen Anforderungen unserer Sponsoren, Partner und Supplier bestmöglich Rechnung zu tragen.

## Hauptsponsoren



## Sponsoren



vogelwarte.ch



Roberto Niederer

Booking.com

## Partner



Kastelruther Spatzen  
aus Südtirol



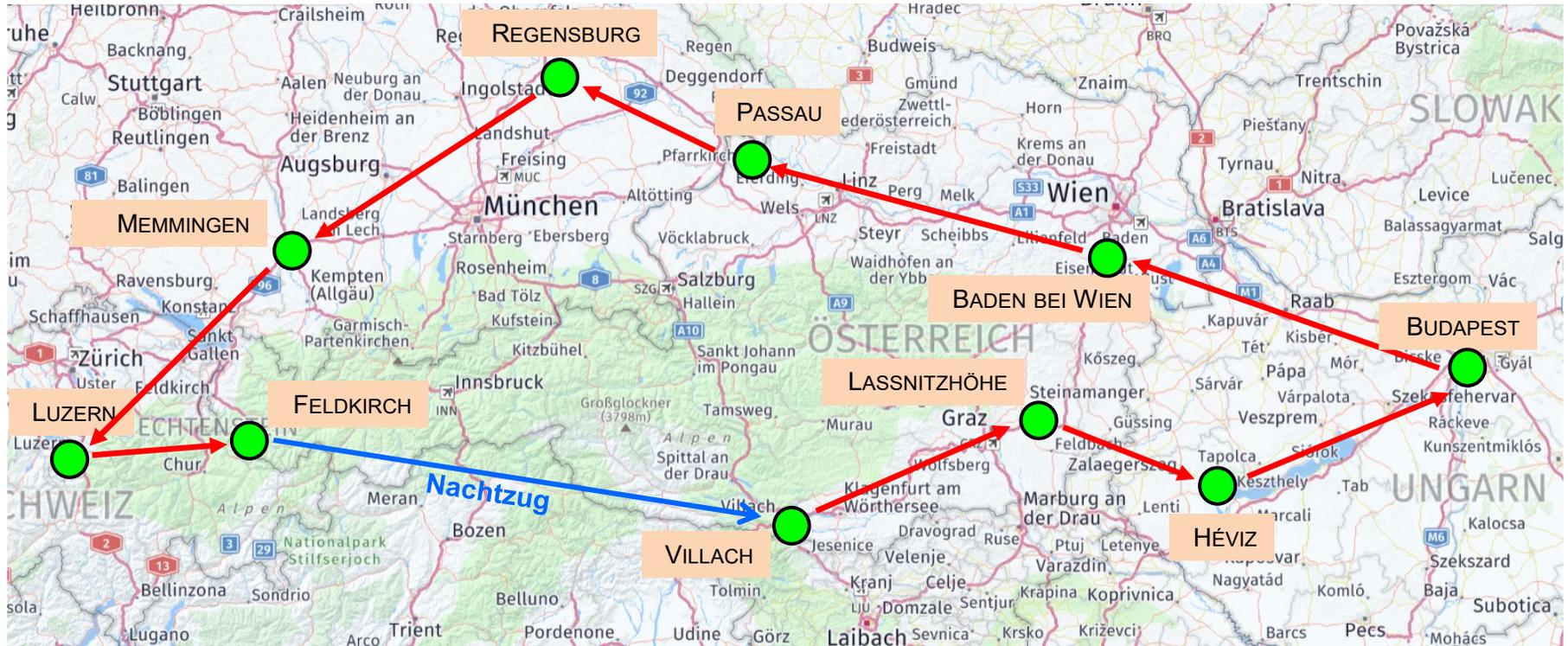
## Supplier



ROYAL CANIN®

CALIDA

Rohner  
advanced socks®



## Freitag, 02.06.

- Luzern – Feldkirch (Autozug Villach)

## Samstag, 03.06.

- Villach – Lassnitzhöhe

## Sonntag, 04.06.

- Lassnitzhöhe – Héviz

## Montag, 05.06.

- Héviz – Budapest

## Dienstag, 06.06.

- Budapest – Baden bei Wien

## Mittwoch, 07.06.

- Baden bei Wien (Wienerwald Ausfahrt)

## Donnerstag, 08.06.

- Baden bei Wien – Passau

## Freitag, 09.06.

- Passau – Regensburg

## Samstag, 10.06.

- Regensburg – Memmingen

## Sonntag, 11.06.

- Memmingen – Luzern



**Prolog Teilnehmer**

02) **Hampi** (Front Assistent Road Captain (FARC) and Chief Technical Ingeneer Officer (CTIO))

03) **Paul** (Chief Medical Officer (CMO) and Aspirant of Deputy Front Assistent Road Captain (ADFARC, auf Probe seit 2009))

07) **Damian** (Chief Taillight Officer (CTO) and Chief Political Advisor Officer (CPAO))

**Übernachtungen**

Bozen und Klagenfurt

**Diese Regeln befolgen, wenn erkannt wird, dass man sich "verfahren" hat:**

- Sofort Licht und Warnblinker einschalten;
- umgehend an den Fahrbahnrand fahren - und zwar nach rechts aus Sicht des Fahrers;
- nicht wenden, nicht rückwärts fahren;
- Motorrad dicht neben der Leitplanke abstellen.

**Hinweise**

Der Ausdruck "Prolog" des Stonecourt Wild Chapter wird als Plagiat auch im Radsport verwendet. Dort steht er für das Auftaktrennen eines Etappenrennens. Bei der "Tour de France" zum Beispiel wird der Prolog als Einzelzeitfahren über eine Distanz von nicht mehr als acht Kilometern ausgetragen. Er dient auch dazu, das Fahrerfeld den Zuschauern vorzustellen. Meist beginnt die erste reguläre Etappe am gleichen Ort wie der Prolog. Häufig werden beim Prolog auch die ersten Träger der Führungstrikots ermittelt.

**Wort zum Tag:** "Four wheels move the body, two wheels move the soul."

**Prolog Tag I**

Luzern – Walensee – Davos – Flüelepass – Zernez – Ofenpass – Val Müstair – Bozen

342 Km / 6h 4'

A detailed map showing the route for Prolog Tag I. The route is marked with a blue line and numbered stops 1 through 6. It starts in Luzern, goes to the Walensee, then to Davos, Flüelepass, Zernez, Ofenpass, Val Müstair, and finally Bozen. The total distance is 342 km and the estimated time is 6 hours and 4 minutes. The map shows various geographical features, roads, and towns along the route.

**Prolog Tag II**

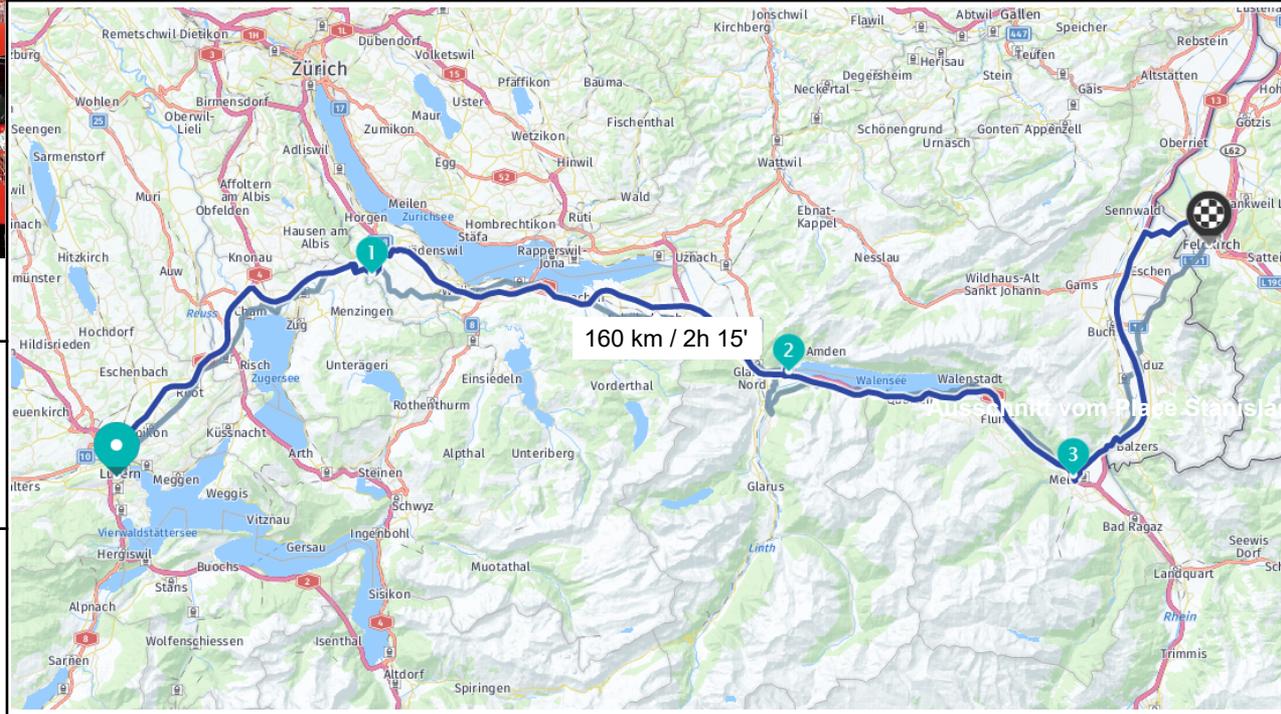
Bozen – Brixen – Mühlbach – Bruneck – Toblach – Lienz – Kleblach – Spital an der Drau – Villach – Wörther See – Klagenfurt

290 Km / 4h 28'

A detailed map showing the route for Prolog Tag II. The route is marked with a blue line and numbered stops 1 through 8. It starts in Bozen, goes to Brixen, Mühlbach, Bruneck, Toblach, Lienz, Kleblach, Spital an der Drau, Villach, Wörther See, and finally Klagenfurt. The total distance is 290 km and the estimated time is 4 hours and 28 minutes. The map shows various geographical features, roads, and towns along the route.



**Wort zum Tag:** "Hinter jedem guten Seemann steht eine starke Frau - oder mehrere in unterschiedlichen Häfen."



**Nachtzug nach Villach**  
Österreichische Bundesbahnen

**Tagesstrecke**

- Luzern – Hirzel – Walensee – Sargans - Feldkirch
- 160 Km / 2h 15' mehrheitlich auf Autobahn

**Zeitverhältnisse**

16:00 Abfahrt, Besammlung 15:30 Spatz  
18:15 Ankunft in Feldkirch, anschliessend Nachtessen Rest. Schützenhaus  
21:45 Verlad (CheckIn) der Harley's  
22:45 Abfahrt mit Nightjet ÖBB

**Hinweise**  
17:45 Kurzandacht auf dem Hirzel

Anfahrt Bahnhof Feldkirch:



In Feldkirch verladen wir unsere HD's auf den Autoreisezug



**Wort zum Tag:** "Harley-Davidson fahren ist die wildeste Spielart einer friedlichen Seele"



## Hotel Liebmann

Liebmannweg 23, A-8301 Lassnitzhöhe

## Tagesstrecke

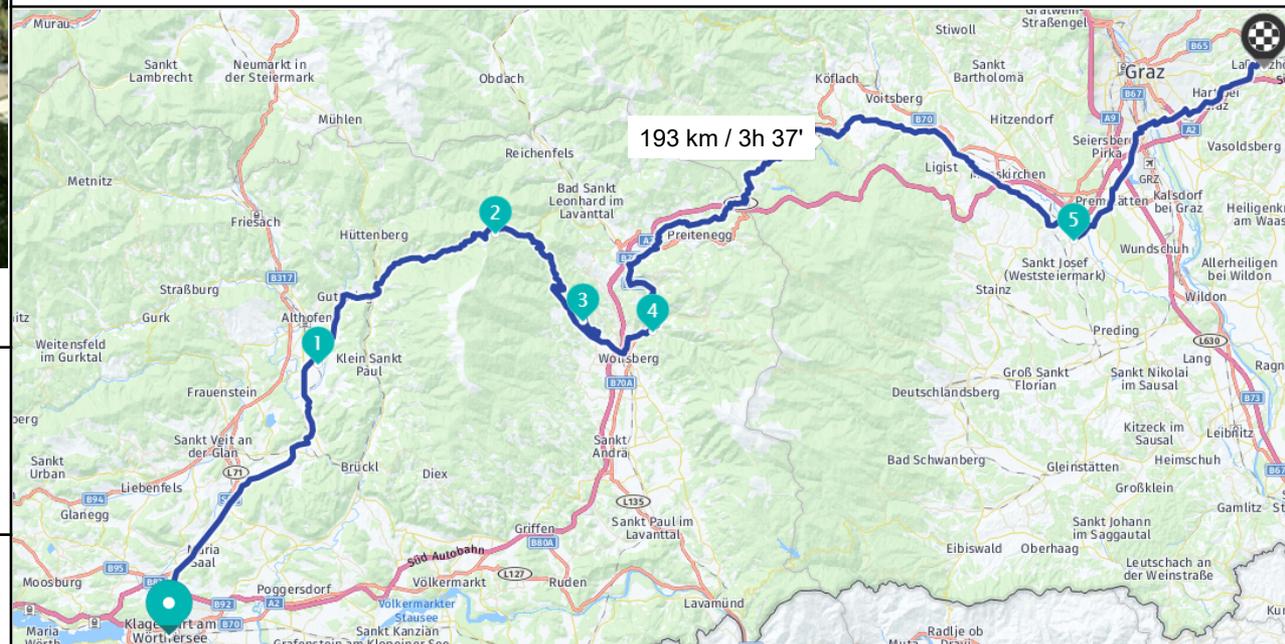
- Klagenfurt – Kappel am Krappfeld – Klippitztörl – Oberleidenberg – St. Gertraud – Muttendorf – Lassnitzhöhe
- 193 km / 3h 37'

## Zeitverhältnisse

- 09:00 Abfahrt
- 12:30 Mittagessen
- 14:00 Weiterfahrt
- 16:30 Ankunft Hotel
- je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

## Hinweise

Die Reise am 2. Tourtag führt über den Kärntnerpass "Klippitztörl", 1664 mü.M von Lölling Graben nach Bad St. Leonhard. Der Alpenpass "Weinebene", 1668 mü.M verbindet Kärnten und die Steiermark und führt von St. Gertraud nach Deutschlandsberg. Die Hauptstadt der Steiermark ist Graz mit 292'000 Einwohnern. Eine Seilbahn fährt den Schlossberg, den Hausberg der Stadt, zum jahrhundertealten Uhrturm hinauf. Am Ufer der Mur präsentiert das futuristische Kunsthaus Graz zeitgenössische Kunst.

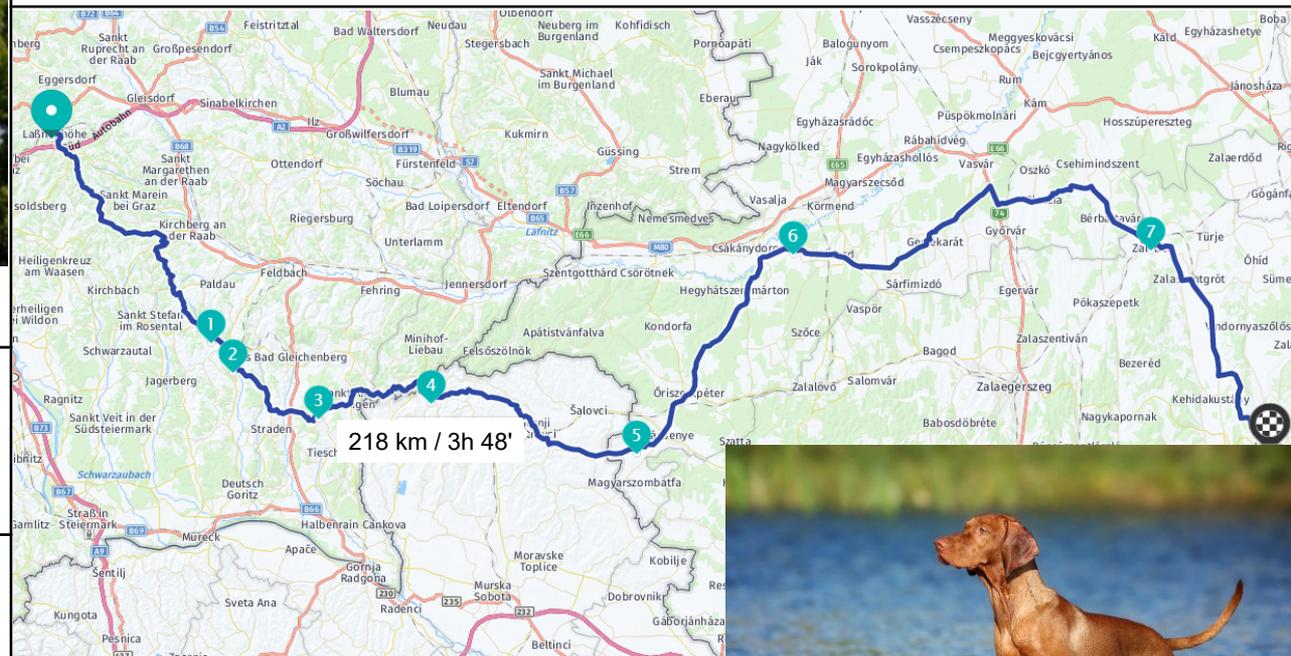


Klagenfurt





**Wort zum Tag:** "Wenn man rechts dreht wird die Landschaft schneller!"



**Lotus Therme Hotel&Spa**  
 Lotuszirvag u. 1, H-8380 Héviz

### Tagesstrecke

- Lassnitzhöhe – Obergnas – Raning – Frutten – Kuzman – Kercaszomor – Halogy – Oszko – Zalaber – Héviz
- 218 Km / 3h 48'

### Zeitverhältnisse

- 09:00 Abfahrt
- 12:30 Mittagshalt
- 14:00 Weiterfahrt
- 17:00 Ankunft
- je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

### Hinweise

Der Kurort Héviz hat ca. 4'300 Einw. Die Kur mit dem Badebetrieb besteht seit über 200 Jahren. Im Jahr 1795 liess Graf Feštetičs den Ort zum Heilbad ausbauen, indem er Badehäuser errichten liess. Heute besuchen den Ort pro Jahr 900'000 Besucher. Der Heilsee in Héviz ist mit 4,4 ha Fläche der grösste natürliche aktive Thermalsee der Welt, in dem man im ganzen Jahr baden kann. Er wird durch eine Thermalquelle aus einem Krater in 38 m Tiefe gespeist. Die Quelle leistet 410 l pro Sekunde.



Heilwasser von Héviz: Der grösste Thermalsee der Welt

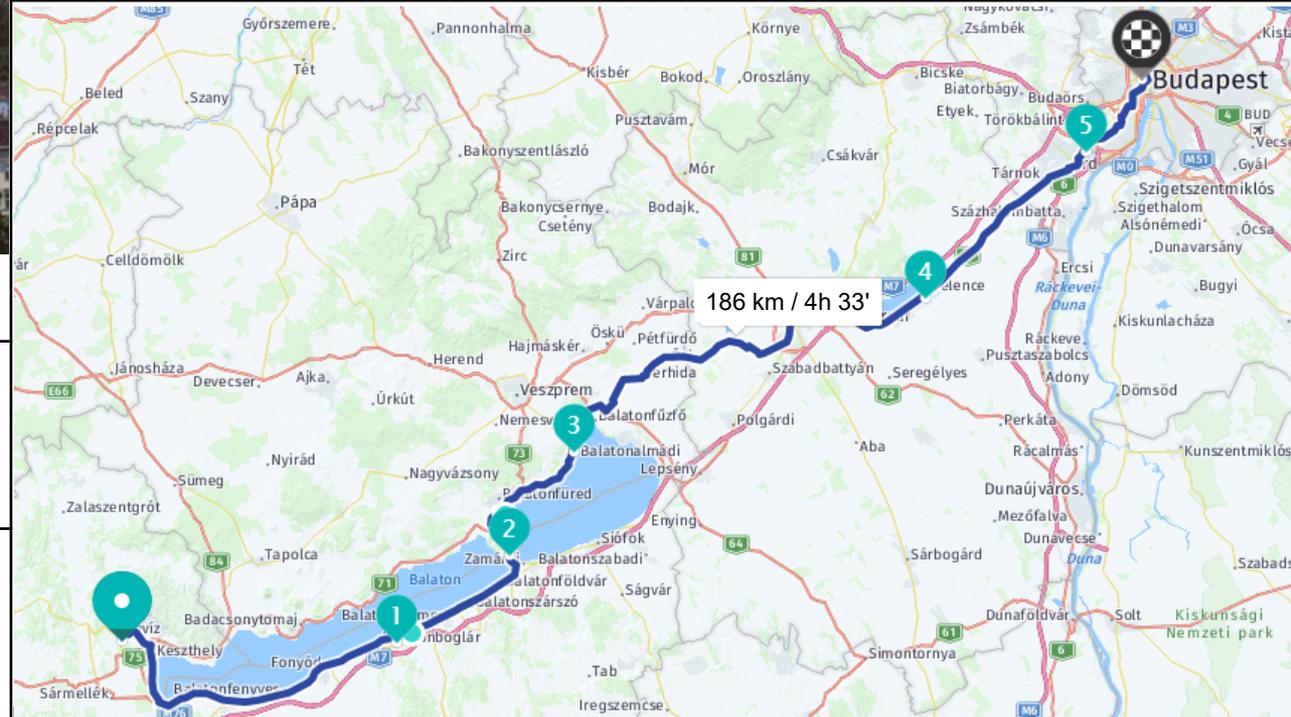


Kurzhaariger Ungarischer Vorstehhund (Magyar Vizsla)





**Wort zum Tag:** "Versehentlich eingeschlagene Umwege erweitern den Horizont."



## Art'otel Budapest

Bem Rakpart 16-19, H-1011 Budapest

## Tagesstrecke

- Héviz – Balatonsee - Tihany – Balatonalmádi – Velence – Diósd – Budapest
- 186 Km / 4h 33'

## Zeitverhältnisse

09:00 Abfahrt  
 12:30 Mittagessen  
 14:00 Weiterfahrt  
 16:00 Ankunft  
 je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

## Hinweise

Am 4. Tag folgt die Reise entlang dem Balatonsee (deutsch Plattensee), dem grössten Binnensee Mitteleuropas. Er ist 79 km lang und im Mittel 7,8 km breit. Die Fläche beträgt ca. 594 km<sup>2</sup> (58 km<sup>2</sup> mehr als der Bodensee). Die durchschnittl. Tiefe beträgt nur 3,25 m, die max. Tiefe 12,5 m. Budapest zählt 1,7 Mio. Einw. und entstand 1873 durch die Zusammenlegung der zuvor selbstständigen Städte Buda, westlich und Pest östlich der Donau. Donauufer, Burgviertel und die Andrassy-Strasse gehören zum UNESCO-Welterbe.

Kettenbrücke in Budapest

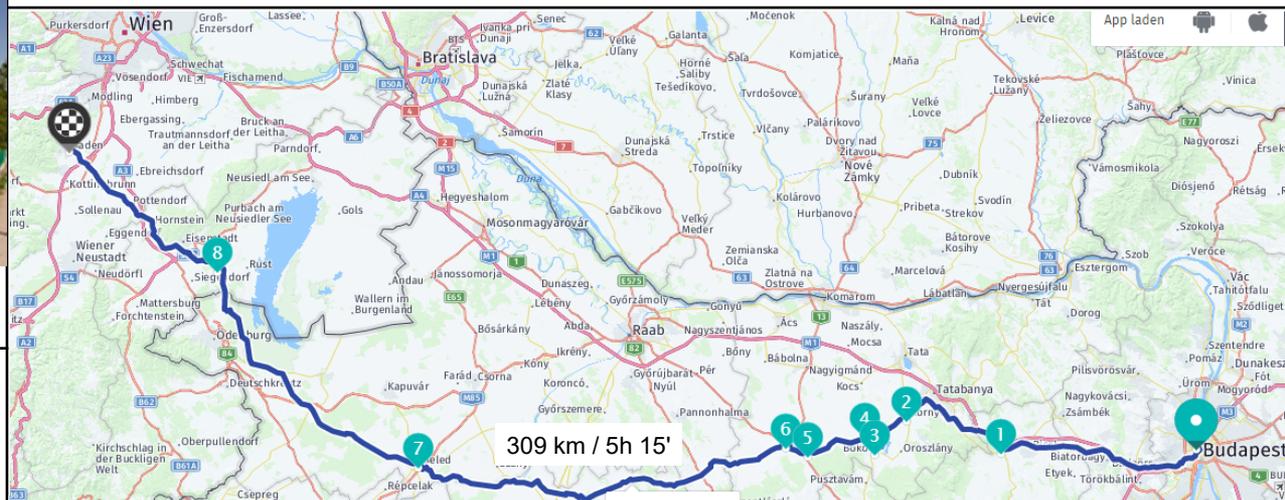


Blick auf den historischen Teil von Budapest





**Wort zum Tag: "Was kümmern mich GPS und Tempolimiten: mein Ziel ist das Hinterrad von Paul."**



**Motel Baden**  
Schützengasse 36, A-2500 Baden

### Tagesstrecke

- Budapest – Óbarok – Környe – Bokod – Dad - Verteskethely – Kispér – Beled – St. Margarethen – Baden b. Wien
- 309 Km / 5h 15

### Zeitverhältnisse

- 09:00 Abfahrt
- 12:30 Mittagessen
- 14:00 Weiterfahrt
- 17:30 Ankunft
- je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

### Hinweise

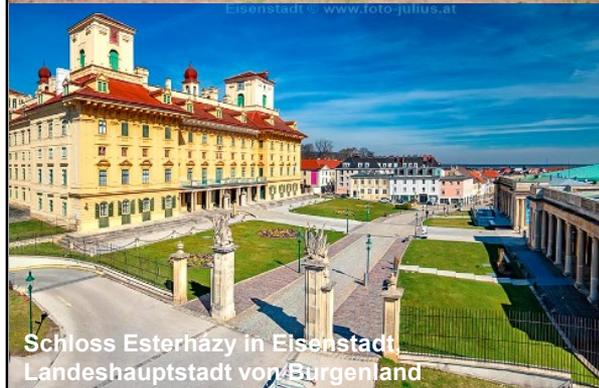
Über die als Hängebrücke konstruierte und 1849 eröffnete imposante Kettenbrücke verlassen wir Budapest. Über Land fahren wir durch Ungarn, streifen den Neusiedlersee und erreichen das österreichische "Burgenland" und der Landeshauptstadt "Eisenstadt". 25% der Bevölkerung sind zweisprachig, was u.a. bei den Ortstafeln auffällt. Baden bei Wien liegt in Niederösterreich, 25 km südlich von Wien. Als Teil der Bedeutenden Kurstädte Europas zählt die Stadt zum UNESCO-Weltkulturerbe.



Was wir auf den HD's machen, praktizieren die Ungarn auf den Pferden!



Das imposante Casino von Baden



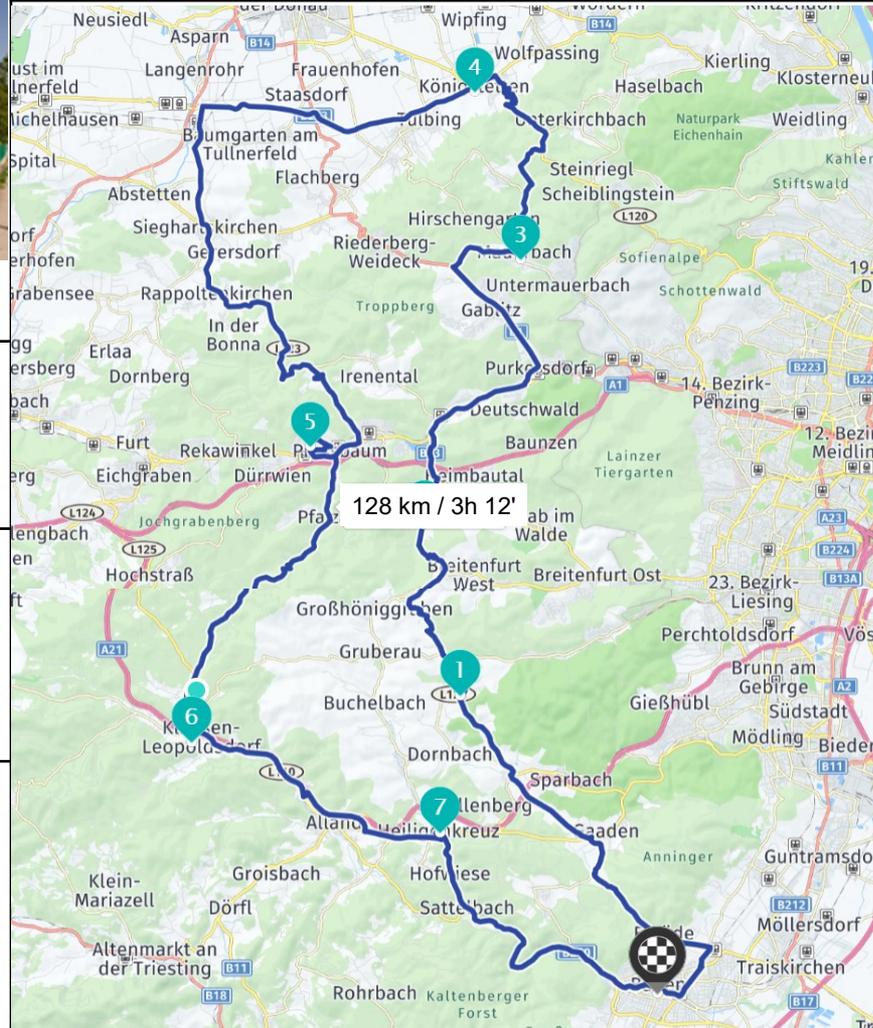
Schloss Esterházy in Eisenstadt  
Landeshauptstadt von Burgenland



Auf Ungarns Strassen in Richtung Burgenland



**Wort zum Tag:** "Harleyfahren ist das Schönste was man angezogen machen kann."



**Motel Baden**  
Schützengasse 36, A-2500 Baden

**Tagesstrecke**

- Baden – Sulz i. W. – Wolfsgraben – Mauerbach – Königstetten – Pressbaum – Klausen/Leo. – Heiligenkreuz i. W. – Baden
- 128 Km / 3h 12'

**Zeitverhältnisse**

10:00 Abfahrt  
12:00 Mittagessen  
14:00 Weiterfahrt  
15:30 Ankunft

**Hinweise**

Baden b. Wien ist mit seinen 25'000 Einw. nicht nur eine Kur- sondern auch eine Kaiserstadt. Je nach Lust und Laune bietet der Tag Anlass zu einer kürzeren oder längeren Motorradtour im Wienerwald oder einen Stadtrundgang durch die Bäderstadt mit Besuch des Thermalstrandbades. Kulinarische Tipps:

- Heuriger "Weingut Breyer" (nahe Hotel)
- Für Steaks: El Gaucho
- Italienisch: San Marco
- Fisch: Marktamt
- Österreichisch: Amterl



**Das Thermalstrandbad von Baden**



**Blick auf die Landschaft Wienerwald**





**Wellnesshotel zum Koch**  
Vorderhainberg 8, D-94496 Ortenburg

**Tagesstrecke**

- Baden – Klausen-Leopoldsdorf – Wilhelmsburg – Ardegger Markt – Haag – Marchtrenk – Schärding – Ortenburg
- 360 Km / 6h 29'

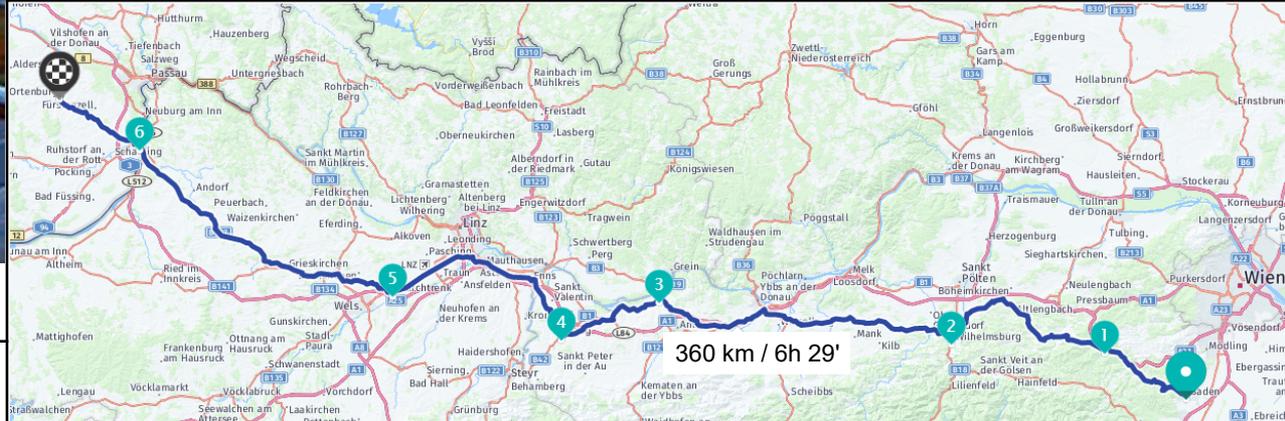
**Zeitverhältnisse**

09:00 Abfahrt  
12:30 Mittagessen  
14:00 Weiterfahrt  
18:00 Ankunft Hotel Park Lane  
je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

**Hinweise**

Über den Wienerwald führt uns der 7. Tourtag durch die Bundesländer Nieder- und Oberösterreich, der Donau folgend, u.a. nach Kalköfen. Die beiden dortigen Kalköfen aus dem 19. Jhd. stehen seit 1981 unter Denmal-schutz. Sie sind die letzten Reste eines 1966 stillgelegten Kalk- und Schotterwerkes. In der Hochblüte wurde in den Öfen 8'000 Tonnen Kalk pro Jahr gebrannt. Das Etappenziel Ortenburg liegt südlich der Donau im Wolfachtal in Deutschland. Zu den Sehenswürdigkeiten gehört das Schloss aus dem 19. Jahrhundert.

**Wort zum Tag: "Wer ohne Vorfahrt vorfährt, kann seinen Vorfahren nachfahren."**



Schloss Ortenburg



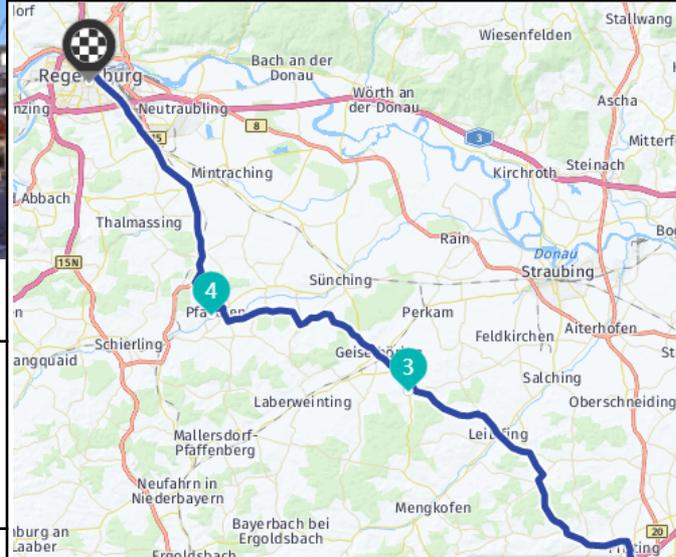
Blick auf Ernsthofen an der Donau



Die beiden stillgelegten Kalköfen in der Ortschaft Kalköfen.



**Wort zum Tag:** "Wir sind Harleyfahrer und nicht Frauenärzte, aber wir können es uns ja trotzdem mal anschauen."



**Park Hotel Maximilian**  
Maximilianstrasse 28, D-93047 Regensburg

**Tagesstrecke**

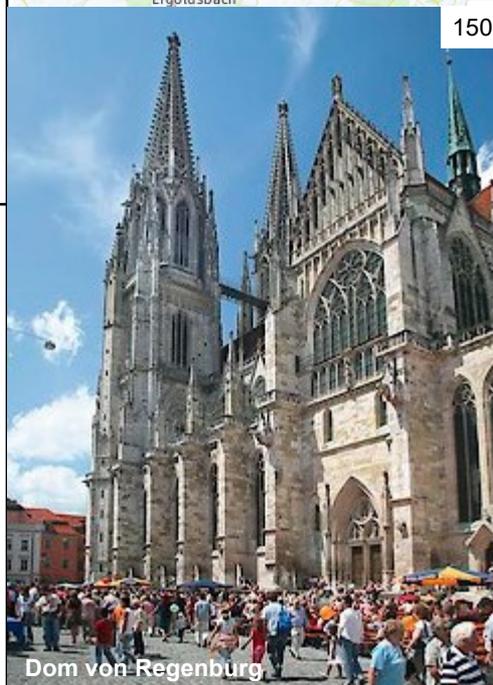
- Ortenburg – Wolfakirchen – Baumgarten – Kammern – Hainsbach – Plakofen – Regensburg
- 150 Km / 2h 42

**Zeitverhältnisse**

09:00 Abfahrt  
12:30 Mittagessen  
14:00 Weiterfahrt  
15:00 Ankunft  
je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

**Hinweise**

Regensburg liegt an der Donau und ist für ihr gut erhaltenes mittelalterliches Zentrum bekannt. Eines der Wahrzeichen ist die Steinerturmbrücke aus dem 12. Jh. Sie ist 310 m lang, hat 16 Bögen und verbindet den Stadtteil Stadtamhof mit der Altstadt. Ein weiteres wichtiges Wahrzeichen ist der gotische Dom aus dem 13. Jh. mit seinen Zwillingstürmen. Hier sind die Regensburger Domspatzen zu Hause. In der Walhalla, im Stil des Parthenon erbaute Gedenkstätte, werden bedeutende deutsche Persönlichkeiten geehrt.

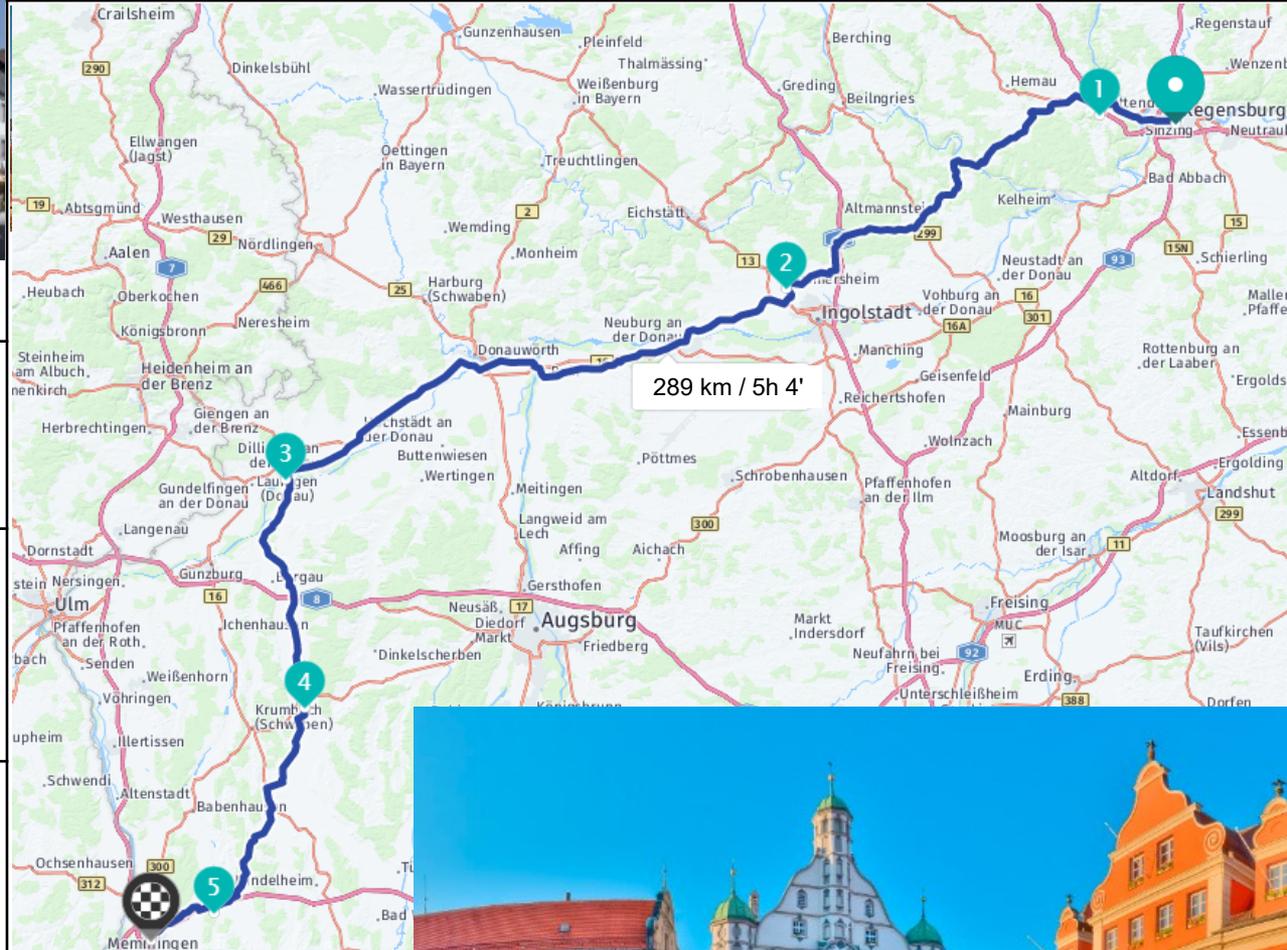


Dom von Regensburg

Regensburg – viert grösste Stadt Bayerns mit 153'000 Einw.



**Wort zum Tag: "Ich lenke, also bin ich!"**



Die Altstadt von Memmingen

**Josepp's Hotel am Hallhof**  
Hallhof 9, D-87700 Memmingen

### Tagesstrecke

- Regensburg – Nittendorf – Gaimersheim – Harburg – Lauingen – Thannhausen - Westerheim – Memmingen
- 289 Km / 5h 4'

### Zeitverhältnisse

- 09:00 Abfahrt
- 12:30 Mittagessen
- 14:00 Weiterfahrt
- 18:00 Ankunft Hotel
- je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

### Hinweise

Der Weg nach Memmingen führt über Harburg. Oberhalb der Stadt thront die Höhenburg aus dem 11. und 12. Jh. Memmingen hat 43'837 Einw. und bezeichnet sich als das "Tor zum Allgäu". Die Ursprünge der Stadt reichen bis in die Römerzeit. Die Altstadt gehört mit ihren vielen Plätzen, Bürger- und Patrizierhäusern, Palästen und der Stadtbefestigung zu den am besten erhaltenen Städten Süddeutschlands.



**Wort zum Tag:** "Der Vordermann fährt immer miserabel. Frag deinen Hintermann."

## Tagesstrecke

- Memmingen – Rot an der Rot – Ellwangen – Fürmoos - Aulendorf – Volpertswende – Meersburg – Autobahn – Luzern
- 246 km / 4h 18'

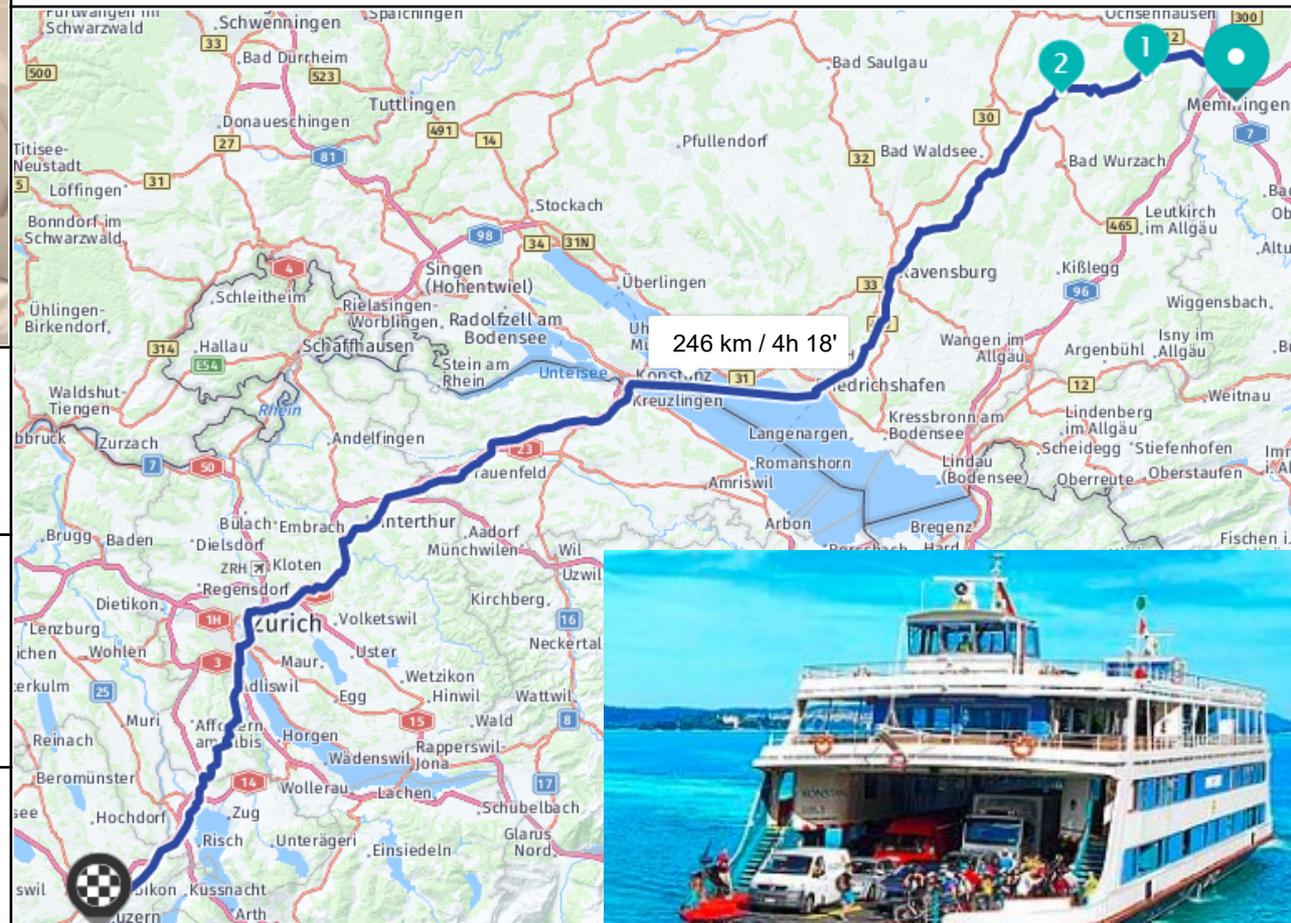
## Zeitverhältnisse

- 09:00 Abfahrt
- 12:30 Mittagessen
- 14:00 Weiterfahrt
- 16:00 Ankunft Luzern, Restaurant Spatz
- je eine Kurzpause (30') Vor- und Nachmittag

## Hinweise

Meersburg gilt wegen der Altstadt und der direkten Lage am See als schönste Stadt am Bodensee. Der See gilt als grösstes Binnengewässer Deutschlands. An ihn grenzen Deutschland, Österreich und Schweiz. Eine anerkannte Grenze gibt es nur im Untersee. Im Obersees wurde kein einvernehmlicher Grenzverlauf festgelegt.

- Fläche: 536 km<sup>2</sup>
- Mittlere Tiefe: 90 m
- Länge: 63 km
- Breite: 14 km



Blick auf Meersburg





02) Hampi (FARC) 



04) Walti (CGMO)



06) Fritz (CFO)



01) Philipp (RC) 



03) Paul (CMO)



05) Stefan (CHDO)



 07) Damian (CTO)

## Gefechtstechnik

- Der vordere Fahrer beobachtet den Fahrer unmittelbar hinter ihm (1 → 2, 2 → 3, 3 → 4, ...).
- Falls ein Teil der Gruppe an einer Ampel oder durch andere Gründe stehen bleiben muss, fährt der Rest der Gruppe nach Möglichkeit langsam weiter bis sich eine Gelegenheit zum sicheren Anhalten ergibt oder die Gruppe wieder aufgeschlossen hat.
- Sollte man den Anschluss zur Gruppe verlieren, immer den letzten bekannten Route Punkt aufsuchen und dort stehen bleiben (Mobile auf Empfang).
- Philipp, Hampi und Damian haben «on tour» ihr Helmteléfono (Skala Rider) immer auf Empfang eingeschaltet. Besondere Vorkommnisse werden dem RC durch den FARC rasch möglichst weitergeleitet (in dringenden Fällen mit Handzeichen gemäss HOG-Signal-Standard).
- An einer roten Ampel wird in Zweierreihen nebeneinander angehalten.
- Wenn die Gruppe anhalten muss, schliessen die Teilnehmer auf und stellen sich in ihrer Fahrspur möglichst nebeneinander auf.

Die einzige drei Handsignale die mit der rechten Hand (bei stehendem Motorrad) gegeben werden.



Achtung geht los



Motoren starten



Motoren abstellen

Formationszeichen



in Linie enge Wege



zwei Linien, versetzt normale Strassen



mir folgen



langsamer



schneller



stop

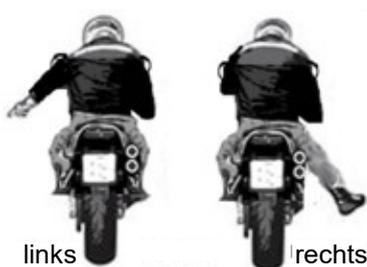


langsam anhalten

Hand öffnen und schliessen



Blinker an



Gefahr

auf Tank deuten



Tanken



Hunger / Durst

Hand senkrecht nach oben



Habe ein Problem

ausgestreckter Arm



nach links

Faust



nach rechts

ausgestreckter Zeigefinger nach vorne



passieren, oder übernahm die Führung

auf Helm klopfen



Polizei

auf Helm fassen



mach Licht an

Datum	Bild	Übernachtung	Beschreibung
<b>Freitag</b> 02.06.2023		<b>Nachtzug</b> Österreichische Bundesbahn	Die ÖBB gehören mit rund 95,5% Pünktlichkeit zu den pünktlichsten Bahnen Europas. Konzernweit sorgen knapp 42'000 Mitarbeiter bei Bahn und Bus (zusätzlich über 2.000 Lehrlinge) dafür, dass täglich rund 1,3 Millionen Reisende sicher an ihr Ziel kommen. Als umfassender Mobilitätsdienstleister bringt der ÖBB-Konzern jährlich 323 Millionen Fahrgäste und rund 95 Millionen Tonnen Güter umweltfreundlich ans Ziel. 100% des Bahnstroms stammen aus erneuerbaren Energieträgern.
<b>Samstag</b> 03.06.2023		<b>Hotel Liebmann</b> Liebmannweg 23 A-8301 Lassnitzhöhe	Das Hotel bietet einen Saunabereich mit Ruheraum und einen Aussenpool. Das WLAN ist kostenfrei. Parkplätze sind ebenfalls vorhanden. Graz erreicht man nach einer 15-minütigen Fahrt. Morgens steht ein reichhaltiges Frühstücksbuffet bereit. Das Restaurant verfügt über einen Kamin und einen Wintergarten. Hier werden österreichische und internationale Gerichte serviert. Das Hotel Liebmann verfügt auch über eine Terrasse mit Blick auf die Hügellandschaft der Steiermark.
<b>Sonntag</b> 04.06.2023		<b>Lotus Therme Hotel&amp;Spa</b> Lotuszvirag u. 1 H-8380 Hévíz	Dieses inmitten eines 17 ha grossen Anwesens und nahe dem Thermalsee gelegene 4-stöckige Hotel bietet traditionelle ungarische Wellnessanwendungen mit Schlammmassagen sowie Ayurveda, Shiatsu und Yomeiho. Mehrere Pools, ein Whirlpool und verschiedene Saunen stehen zur Verfügung. Die klimatisierten Zimmer verfügen allesamt über einen Balkon und eine Minibar. Die Badezimmer sind mit Bademänteln und einem Haartrockner ausgestattet.
<b>Montag</b> 05.06.2023		<b>Art'otel Budapest</b> Bem Rakpart 16-19 H-1011 Budapest	Dank dem kostenlosen WLAN können Gäste während dem Aufenthalt einfach in Kontakt bleiben. Das Art'otel Budapest bietet einen Concierge und einen Zimmerservice. Gäste haben Zutritt zum Fitnessstudio und zu der Lounge. Für Gäste, die mit dem Auto anreisen, steht eine Parkmöglichkeit zur Verfügung. Das Park Plaza Budapest ist eine hervorragende Unterkunft für Reisende, da sie in der Nähe vieler Sehenswürdigkeiten in Budapest liegt.
<b>Dienstag</b> 06.06.2023		<b>Motel Baden</b> Schützengasse 36 A-2500 Baden	Dieses familiengeführte Hotel erwartet Sie am südlichen Stadtrand von Baden in unmittelbarer Nähe der Autobahn A2. Parkplätze nutzen Sie hier kostenfrei. Die Zimmer sind modern und mit einem Schreibtisch sowie kostenfreiem WLAN ausgestattet. Im Restaurant geniessen Sie regionale und saisonale Küche. Wien erreichen Sie nach rund 25 km. Zum Zentrum von Baden mit dem Casino gelangen Sie nach weniger als 2 km. Der Wienerwald befindet sich in der Nähe.

Datum	Bild	Übernachtung	Beschreibung
<b>Mittwoch</b> 07.06.2023		<b>Motel Baden</b> Schützengasse 36 A-2500 Baden	Dieses familiengeführte Hotel erwartet Sie am südlichen Stadtrand von Baden in unmittelbarer Nähe der Autobahn A2. Parkplätze nutzen Sie hier kostenfrei. Die Zimmer sind modern und mit einem Schreibtisch sowie kostenfreiem WLAN ausgestattet. Im Restaurant genießen Sie regionale und saisonale Küche. Wien erreichen Sie nach rund 25 km. Zum Zentrum von Baden mit dem Casino gelangen Sie nach weniger als 2 km. Der Wienerwald befindet sich in der Nähe.
<b>Donnerstag</b> 08.06.2023		<b>Wellnesshotel zum Koch</b> Vorderhainberg 8 D-94496 Ortenburg	Das Hotel & Restaurant Zum Koch erwartet Sie mit einem Innenpool, einem Restaurant, verschiedenen Saunen, einem Ruheraum sowie einem Garten in Ortenburg. Die Zimmer umfassen jeweils einen Sat-TV und einen Balkon. An der Unterkunft oder in der Umgebung können Sie zahlreichen Aktivitäten wie Radfahren und Wandern nachgehen. Die Parkplätze der Unterkunft können Sie kostenfrei in Anspruch nehmen.
<b>Freitag</b> 09.06.2023		<b>Park Hotel Maximilian</b> Maximilianstrasse 28 D-93047 Regensburg	Dieses 4-Sterne-Hotel in der Altstadt von Regensburg wurde im Jahr 1891 erbaut. Es bietet Ihnen eine Fassade im Neorokoko-Stil, moderne Zimmer mit WLAN und einen Speisesaal im klassischen Stil. Morgens wird im Rokoko-Saal ein reichhaltiges Frühstücksbuffet angerichtet. Auf der Terrasse können Sie mit einer Zeitung und Blick auf einen malerischen Brunnen entspannen. Das Kloster Sankt Emmeram und den Regensburger Dom erreichen Sie bequem zu Fuss innerhalb von 5 Minuten.
<b>Samstag</b> 10.06.2023		<b>Josepp's Hotel am Hallhof</b> Hallhof 9 D-87700 Memmingen	Das Josepp's Hotel am Hallhof genießt eine zentrale Lage in der Stadt Memmingen. WLAN nutzen Sie kostenfrei. Die hoteleigene Bar lädt zum Entspannen ein. Eine Auswahl an Restaurants und Bars erreichen Sie von der Unterkunft aus nach einem 5-minütigen Spaziergang. Das Kaminwerk, eine Veranstaltungsstätte für Konzerte, Theater und Partys, erreichen Sie von der Unterkunft aus nach 1,6 km.

# Funktionen und Aufgaben

Namen	verantwortlich für ...	Funktion
<b>Philipp</b> (01)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Navigation, Tankstopps und Funk mit Hampi (02) und Damian (07)</li> <li>▪ Kettenschloss mit Hampi (02)</li> </ul>	➤ Road Captain (RC)
<b>Hampi</b> (02)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Funkverbindung mit Philipp (01) und Damian (07)</li> <li>▪ Kettenschloss mit Philipp (01)</li> </ul>	➤ Front Assistent Road Captain (FARC) and Chief Technical Ingeneer Officer (CTIO)
<b>Paul</b> (03)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Apotheke, Zollwerkzeug, "Eau de Vie" mit Trinkbecher</li> <li>▪ Kettenschloss mit Walti (04)</li> </ul>	➤ Chief Medical Officer (CMO) and Aspirant of Deputy Front Assistent Road Captain (ADFARC)
<b>Walti</b> (04)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Montage von Bronzetafeln bei Spitzkehren</li> <li>▪ Kettenschloss mit Paul (03)</li> </ul>	➤ Chief Gault Millau Officer (CGMO) and Deputy CFO (DCFO)
<b>Stefan</b> (05)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Putzutensilien für Motorrad Reinigung</li> <li>▪ Kettenschloss mit Fritz (06)</li> </ul>	➤ Postulant (Responsible for Motorcycle Cleaning)
<b>Fritz</b> (06)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Kredit- und Debitkarte</li> <li>▪ Kettenschloss mit Stefan (05)</li> </ul>	➤ Chief Financial Officer (CFO)
<b>Damian</b> (07)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Funkrelais mit Hampi (02) und Philipp (01)</li> <li>▪ Kettenschloss befestigt an Laternenpfosten</li> </ul>	➤ Chief Taillight Officer (CTO) and Chief Political Advisor Officer (CPAO)

# Persönliche Ausrüstung

## Persönliche Ausweise und Dokumente

(Fotokopie aller wichtigsten Dokumente nicht in derselben Tasche wie die Originale)

- Schweizer Pass oder Identitätskarte (noch mindestens sechs Monate gültig)
- Führerausweis und Fahrzeugausweis
- Grüne Versicherungskarte (auf Gültigkeit überprüft)
- Notfallzettel
- Europäische Genehmigungsdokumente oder CH-Zulassungsdokumente von legalisierten Austausch- oder Nachrüstanlagen (zB Auspuffanlage!)
- Impfausweis, Kranken-/Unfallkassenkarte
- Schreibutensilien
- Europäisches Unfallprotokoll

## Persönliche Ausrüstung

- Harley Davidson Zünd-Schlüssel (inkl Ersatzschlüssel) inkl HD Bordbuch
- Code für Alarmanlage
- Motorrad mit CH Kleber und Autobahn Vignette ausgestattet
- Mobile / Smartphone / Adapterkabel
- Reisestecker
- Persönliche Medikamente
- Regenkombi (kann auch per Post nach Hause geschickt werden)
- Warnweste
- Sackmesser
- Rep Mat: Sicherungen, Lampen (Front, Back)

## Fremdwährung / Kreditkarte / EC Karte

- Credit Karte / EC Karte (inkl Nummer für Kartensperre international)
- mindestens 150 € in bar (Notgroschen, in kleinen Noten)



**Harley Davidson  
FLHRC Road King Classic, 2013**

Hubraum: 1'690 ccm  
 Trockengewicht: 355 kg  
 Farbe: schwarz  
 Spezifikation: Chrome, Dr. Jekyll and Hyde  
 Exhaust, Chiptuning  
 KSN: LU 6664

**Philipp (01)**  
 Road Captain (RC)

**Lieblingszitat:**  
*"Wenn ich Dir jetzt Recht  
 gebe, liegen wir beide falsch."*



**Harley Davidson  
CVO Street Glide, Special, 2020**

Hubraum: 1'923 ccm  
 Trockengewicht: 393 kg  
 Farbe: schwarz  
 Spezifikation: Milwaukee-Eight 117 mit  
 Griffheizung  
 KSN: LU 566

**Hampi (02)**  
 Front Assistent Road  
 Captain (FARC) and  
 Chief Technical  
 Ingeneer Officer (CTIO)

**Lieblingszitat:**  
*"Ich lese keine Anleitungen.  
 Ich drücke Knöpfe, bis es  
 klappt."*



**Harley Davidson  
FLHRC Road King Classic, 2013**

Hubraum: 1'690 ccm  
 Trockengewicht: 355 kg  
 Farbe: elfenbeinschwarz  
 Spezifikation: verchromter Tankdeckel  
 KSN: LU 18015

**Paul (03)**  
 Chief Medical Officer  
 (CMO) and Aspirant of  
 Deputy Front Assistent  
 Road Captain

**Lieblingszitat:**  
*"Eigentlich wollte ich die Welt  
 erobern ... Aber es regnet!"*



**Harley Davidson  
FLSTCI Heritage Softail Classic, 2003**

Hubraum: 1'449 ccm (2. Edition)  
 Trockengewicht: 335 kg  
 Farbe: sterlingsilber-schwarz mit  
 Spezifikation: Windschutzscheibe, ohne  
 Sissi-Bar, dafür mit 2. Motor  
 KSN: LU 10730

**Walti (04)**  
 Chief Gault Millau  
 Officer (CGMO) and  
 Deputy Chief Finacial  
 Officer (DCFO)

**Lieblingszitat:**  
*"Wenn ich Du wäre, wäre ich  
 gerne ich."*



**Harley Davidson  
FXSTS Softail Springer, 2001**

Hubraum: 1'450 ccm  
 Trockengewicht: 296 kg  
 Farbe: Airbrush Beutler  
 Spezifikation: spezielle Vorderradbremse PM  
 KSN: LU 29238

**Werni (05)**  
 Chief Hybrid Drive  
 Officer (CFO)

**Lieblingszitat:**  
*"Mein Hund jagte immer Menschen auf dem Fahrrad. Bis ich ihm das Fahrrad wegnahm."*



**Harley Davidson  
Heritage Softail Classic, 2013**

Hubraum: 1'690 ccm  
 Trockengewicht: 326 kg (inkl. Hahrrissen)  
 Farbe: vintage bronze  
 Spezifikation: verkürzte Frontscheibe  
 KSN: LU 6960

**Fritz (06)**  
 Chief Financial Officer  
 (CFO)

**Lieblingszitat:**  
*"Betet ihr auch vor dem Essen? Nein, meine Frau kann kochen."*



**Harley Davidson  
FXDWG Dyna Wide Glide**

Hubraum: 1'450 ccm  
 Trockengewicht: 278 kg  
 Farbe: schwarz  
 Spezifikation: Satteltaschen aus Antilopenleder  
 KSN: LU 13402

**Mark (07)**  
 Chief Communication  
 Officer (CCO)

**Lieblingszitat:**  
*"Treffen sich zwei Bomben im Keller. Fragt die eine: "Wollen wir hochgehen?"*



**Harley Davidson  
FLHRC Road King Classic 1999**

Hubraum: 1'450 ccm  
 Trockengewicht: 329 kg  
 Farbe: schwarz  
 Spezifikation: ohne Frontscheibe und ohne GPS  
 KSN: LU 9730

**Joe (OTTO)**  
 Chief Barbecue and  
 Courier Officer (CBCO)

**Lieblingszitat:**  
*"Was passiert, wenn man Cola und Bier gleichzeitig trinkt? Man colabiert."*



**Harley Davidson  
FXSB Softail Breakout**

Hubraum: 1'690 ccm  
 Trockengewicht: 310 kg  
 Farbe: grau matt  
 Spezifikation: customised by Bündnerbike  
 HD Graubünden  
 KSN: LU 9479

**Harry (09)**  
 Chief Sound and Noise  
 Officer (CSNO)

**Lieblingszitat:**  
*"Ein Mathebuch ist der einzige Ort, wo es normal ist, 53 Melonen zu kaufen."*



**Harley Davidson  
FLHX Electra Glide, Bagger Style, 2009**

Hubraum: 1'584 ccm  
 Trockengewicht: 443 kg  
 Farbe: schwarz matt  
 Spezifikation: Bagger Umbau 2013, Dr. Jekyll and Hyde Exhaust  
 KSN: LU 454

**Damian (10)**  
 Chief Political Advisor  
 Officer (CPAO)

**Lieblingszitat:**  
*"If my aunt had balls, she'd be my oncle!"*



**Harley Davidson  
Heritage Old-School**

Hubraum: ausreichend  
 Trockengewicht: schwer  
 Farbe: rot-schwarz  
 Spezifikation: old-school  
 KSN: LU 212

**Andrin (08)**  
 Chief Taillight Officer  
 (CTO)

**Lieblingszitat:**  
*"Warum gibt es Tastaturen eigentlich nicht auch so Krümelschubladen wie bei Toastern!"*



**Wisu (11)**  
 Retired 2019  
 Chief Taillight Officer aD (CTO)

**MISSION COMPLETE**

**Würdigung**  
 Seine Fahrkünste waren von der Artistik her epochal, von der Sicherheit eher provinzial. So wie sein Sternzeichen Stier war auch sein Temperament. Wild, explosiv, gestikulierend stürmte er mit seiner Road King durch die Strassen und vereinnamte ganze Beizen mitsamt Personal. Ganz nach der Befehlsausgabe: "Vorwärts marsch!" Nun fehlen Dir die Landstrassen mit den Members der Stonecourt HD Wild Chapter. Und den Members fehlt Deine Persönlichkeit, Deine Grosszügigkeit und Dein gutes Herz. Unvergesslich einfach Wisu!

# Stefan der Postulant

Der Weg vom Postulanten über das Noviziat ins Juniorat

Als Postulant wird ein Harley Davidson Besitzer bezeichnet, der um die Aufnahme in das Stonecourt Wild Chapter ersucht. Er absolviert ein Postulat, also eine Zeit, in der er das Leben des Chapters kennenlernen und das Chapter ihn kennenlernen kann.

Die Ausbildung bei Stonecourt beginnt als Postulant. Dabei trägt der Neuling oft noch zivile Kleidung und lernt den Alltag im Chapter kennen. Das Postulat dauert zwischen sechs Monaten und zwei Jahren. Auf das Postulat, das zwei Jahre dauern kann, erfolgt nach der entsprechenden Bitte des Postulanten das Noviziat, an dessen Beginn meist die formelle Zulassung zur Einkleidung steht (Stonecourt Badge und Gurtschnalle).

Danach folgt das meist zwei Jahre dauernde Noviziat. Das Noviziat ist die Zeit der Ausbildung, in welcher sich der Novize, der neu in das Stonecourt Wild Chapter eintreten soll, sich weiterbildet und so auf das zeitliche Chapter-Gelübde vorbereitet. Der neu in die Gemeinschaft Aufgenommene wird als Novize bezeichnet. Es ist eine intensive Zeit, in der sich der Novize mit sich selber, seiner Beziehung zum Stonecourt Wild Chapter und verschiedenen bikernahen Themen auseinanderzusetzen hat. Das Noviziat endet mit dem zeitlichen Chapter-Gelübde.

Mit der zeitlichen Profess am Ende des Noviziats beginnt das Juniorat, in welchem die Stonecourt Wild Chapter Grundausbildung weitergeführt und angewendet wird, sowie das Leben und die Werte des Chapters auf Ausfahrten und in der Gemeinschaft immer mehr mitgetragen werden. Im ersten Jahr lernt er nach dem eher zurückgezogenen Leben im Noviziat, den Umgang innerhalb des Chapters und die Fahrtechnik bei Ausfahrten in eine gesunde Verbindung miteinander zu bringen. Die maximale Dauer der zeitlichen Profess beträgt sechs Jahre, welche jedoch bis auf neun Jahre verlängert werden kann.

Mit dem feierlichen Chapter-Gelübde, in dem sich der Novize endgültig an das Stonecourt Wild Chapter bindet, erhält er die ewige Profess, was dem Professoren-Status entspricht.

Dem aktuellen Postulanten Stefan wird der Postulantenmeister Philipp zugeteilt



**Harley Davidson**  
**FLHR Road King California 107 ABS**

Hubraum: 1'745 ccm  
 Trockengewicht: 454 kg  
 Farbe: schwarz mét.  
 Spezifikation: V-Team Lenker inkl.  
 Chromstahl-Navigations-  
 gerätehalter

KSN: LU 42 320

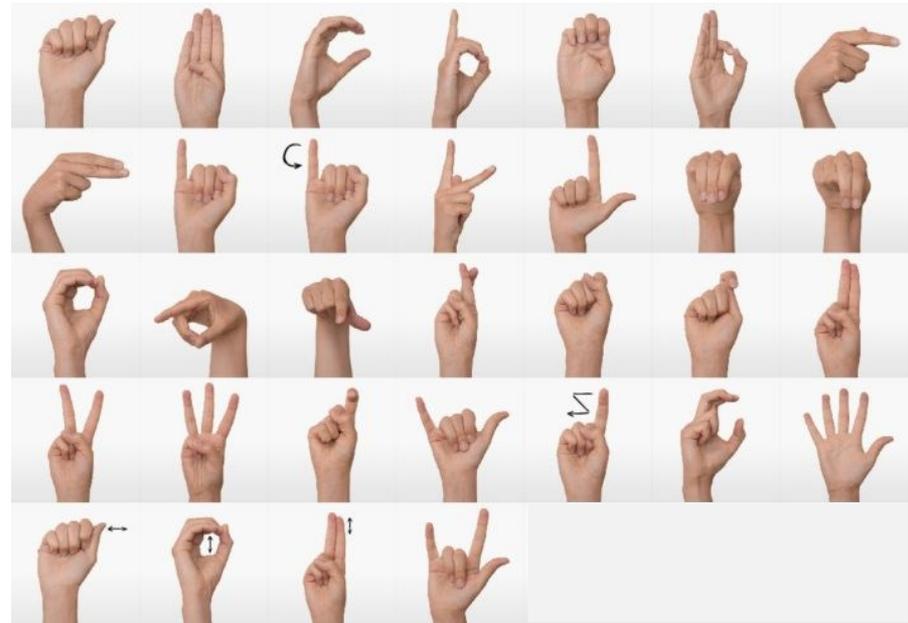
**Stefan (05)**  
 Postulant at  
 Stonecourt Wild  
 Chapter

**Lieblingszitat:**  
*"Biker werden nicht grau.  
 Das ist Chrom!"*

<b>A</b>	Alfa
<b>B</b>	Bravo
<b>C</b>	Charlie
<b>D</b>	Delta
<b>E</b>	Echo
<b>F</b>	Foxtrott
<b>G</b>	Golf
<b>H</b>	Hotel
<b>I</b>	India
<b>J</b>	Juliett
<b>K</b>	Kilo
<b>L</b>	Lima
<b>M</b>	Mike
<b>N</b>	November
<b>O</b>	Oscar
<b>P</b>	Papa
<b>Q</b>	Quebec
<b>R</b>	Romeo
<b>S</b>	Sierra
<b>T</b>	Tango
<b>U</b>	Uniform
<b>V</b>	Victor
<b>W</b>	Whiskey
<b>X</b>	X-Ray
<b>Y</b>	Yankee
<b>Z</b>	Zulu

<b>PHILIPP</b>	Papa – Hotel – India – Lima – India – Papa – Papa
<b>HAMPI</b>	Hotel – Alfa – Mike – Papa – India
<b>PAUL</b>	Papa – Alfa – Uniform – Lima
<b>WALTI</b>	Whiskey – Alfa – Lima – Tango – India
<b>STEFAN</b>	Sierra – Tango – Echo – Foxtrott – Alfa – November
<b>FRITZ</b>	Foxtrott – Romeo – India – Tango – Zulu
<b>DAMIAN</b>	Delta – Alfa – Mike – India – Alfa - November

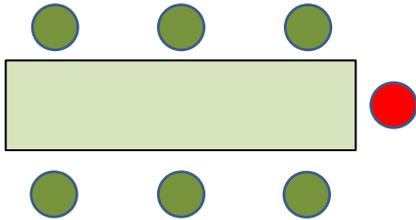
## Fingeralphabet:



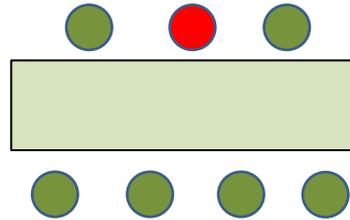
# Tisch- und Sitzordnung

(jeweilige Entscheide erfolgen basisdemokratisch, Umsetzung durch Chief Financial Officer, Fritz ●)

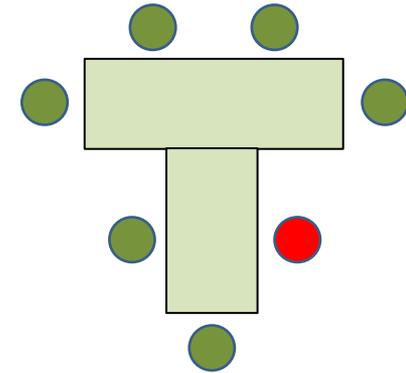
**Lange Tafel** (mit einem Kopf)



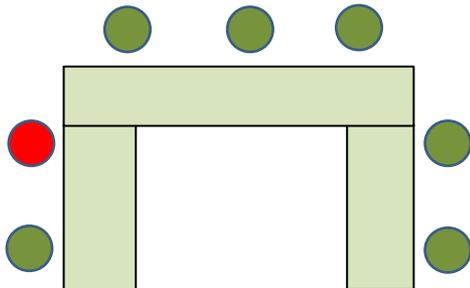
**Lange Tafel** (ohne Kopf)



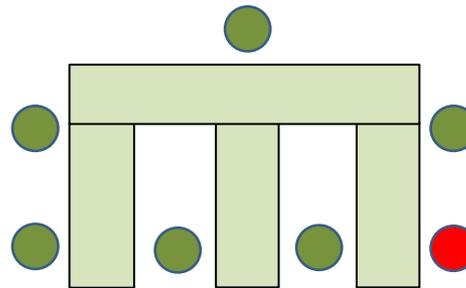
**T-Form** (mit Kopf)



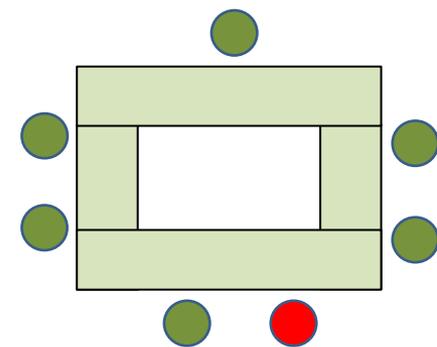
**U-Form**



**E-Form**



**Geschlossene U-Form**



# Geschwindigkeitsbegrenzung / Promillegrenze

Land	Innerorts 	Ausserorts 	Schnellstrasse 	Autobahn 	Promillegrenze 
ÖSTERREICH			-		0,5
UNGARN					0,0
DEUTSCHLAND			-		0,5

Orte	Benzinpreis	
Luzern	CHF 1.72	
Feldkirch	Euro 1.52	
Villach	Euro 1.54	
Graz	Euro 1.50	
Héviz	HUF 609 (CHF 1.59)	<p>Die Spritqualität der ungarischen Tankstellen ist durchweg gut. Neben den uns bekannten Tankstellenketten OMV, Aral, BP oder Shell sieht man in Ungarn auch häufig Tankstellen von MOL. Wichtig ist, auf die Bezeichnung BLEIFREI (oder ung. OLOMMENTES) zu achten, denn in Ungarn können Bleifrei-Zapfsäulen auch rot gekennzeichnet sein (oft bei kleineren Tankstellen). Die Zahl dahinter gibt die Oktanzahl an, wobei 95 für "Super" und 98 für "Super plus" steht.</p> <p>Die Tankwarte sprechen meist etwas deutsch oder englisch und geben gerne Auskunft. In den großen Tankstellenketten können Sie meist mit Ihrer EC Karte oder Kreditkarte bezahlen. An grenznahen Tankstellen werden auch häufig Euro als Zahlungsmittel akzeptiert.</p>
Budapest	HUF 613 (CHF 1.60)	
Baden (bei Wien)	Euro 1.51	
Passau	Euro 1.81	
Regensburg	Euro 1.81	
Memmingen	Euro 1.79	



*f*

Land der Ber - ge, Land am Strome, Land der Äk - ker, Land der Dome, Land der

10 *p*

Hämmer, zu-kunftsreich! Hei-mat gros-ser Töch-ter und Söhne, Volk, be - gna-det

19 *f* *ff*

für das Schöne: viel-gerühmtes Ö - sterreich. Viel-gerühm-tes Ö - sterreich.



Is-ten áldd meg a ma- gyart jó kedv- vel, bő- ség- gel,

5 nyújts fe- lé- je vé- dő kart, ha küzd el- len- ség- gel.

9 Bal- sors a- kit ré- gen tép, hozz re- á víg esz- ten- dőt,

13 meg- bün- hód- te már e nép a múl- tat s jö- ven- dőt.



F C F C C<sup>7</sup> F C F B F

1. Ei - nig - keit und Recht und Frei - heit für das  
Da - nach lasst uns al - le stre - ben brü - der -

C<sup>7</sup> F C G<sup>7</sup> C F C C<sup>7</sup> F

deut- sche Va - ter - land! } Ei - nig - keit\_ und Recht und  
lich mit Herz und Hand! }

C C<sup>7</sup> F

Frei - heit sind des Glück - kes Un - ter -

C F B F B F

pfand. Blüh im Glan - ze die - ses

C<sup>7</sup> F B<sup>6</sup> F C<sup>7</sup> F C<sup>7</sup> F

Glück - kes, blü - he\_ deut - sches\_ Va - ter - land!

# Hilfreiche Übersetzungen

Gute Reisende erkennt man an ihrer Sprache. Der erste Eindruck ist entscheidend. Unsere ausgewählten Texte und Übersetzer liefern Texte für einen erfolgreichen Aufenthalt.

Deutsch	Ungarisch
Ich liebe die Bücher von Terezia Mora! Wo kann ich etwas über ihre Biographie erfahren? Woher nimmt sie ihre Inspiration?	Imádom Terezia Mora könyveit! Hol tudhatom meg az életrajzát? Honnan meríti az ihletet?
Mit Kindern im Herbst an den Balaton. Kennt jemand da schöne Familienhotels?	Gyerekekkel ősszel a Balatonra. Tud valaki szép családi szállodákat ott?
Gibt es eigentlich einen ungarischen Maler der zu Weltruhm gelangte?	Tényleg létezik olyan magyar festő, aki világhírt szerzett?
Von welchen Faktoren ist die ungarische Währung am stärksten beeinflusst? Ist Ungarn eher ein Export- oder ein Importland?	Milyen tényezők befolyásolják leginkább a magyar fizetőeszközt? Magyarország inkább export vagy import ország?
Kennen Sie ein leckeres Rezept für gefüllte Paprikaschoten mit Hackfleisch, welches so richtig ungarisch schmeckt?	Tudsz valami finom, darált húsos töltött paprika receptet, ami igazán magyaros ízű?
Ich beabsichtige eine Zahnbehandlung in Ungarn in Anspruch zu nehmen. Übernimmt die Kosten die private Krankenkasse?	Fogászati kezelést tervezek Magyarországon. A magán egészségbiztosítás fedezi a költségeket?
Ich höre den Begriff Hunnenkönig immer nur in Bezug auf Attila. Gab es auch andere Hunnenkönige? Wie war die Nachfolge geregelt?	Csak Attilával kapcsolatban hallok a hun király kifejezést. Voltak más hun királyok? Hogyan szervezték meg az utódot?
Warum gibt es plötzlich so viele Flüchtlinge in Ungarn?	Miért van hirtelen ennyi menekült Magyarországon?
Ich habe meine Brieftasche verloren. Gibt es in der Nähe ein Fundbüro?	Elvesztettem a pénztárcámat. Van a közelben elveszett és megtalált iroda?
Bekommt man Geld zurück, wenn das Taxi rückwärts fährt?	Visszakapod a pénzt, ha a taxi tolat?
Muss man für einen Besuch bei einem ungarischen Hellseher einen Termin haben?	Időpontot kell foglalni egy magyar médiumhoz?

- Ungarn ist eines der ältesten Länder in Europa.
- Auf ungarisch heisst das Land "Magyarország". Schweiz heisst "Svájc".
- Die Hauptstadt Budapest ist die grösste Kurstadt Europas – sie hat seit 1934 den Titel Badestadt erhalten.
- Ungarn hat keinen Euro. Die ungarische Währung nennt sich Forint und wird als FT oder HUF abgekürzt.
- Ungarisch ist eine der schwierigsten Sprachen auf der Welt.
- In Budapest gibt es eine der ältesten U-Bahn Linien der Welt. Die M1 wurde 1896 erbaut und verläuft immer noch zwischen Vörösmarty tér (Innenstadt) und dem Heldenplatz.
- Der Zauberwürfel wurde von Erno Rubik einem Ungar erfunden. Und auch der erste kommerzielle Kugelschreiber wurde von einem Ungar Laszlo Jozsef Bíró erfunden.
- Der Burgpalast von Budapest ist das grösste Gebäude Ungarns.
- Das Szechenyi Thermalbad in der Hauptstadt Budapest ist eines der grössten Thermalbäder in Europa.
- Budapest hat das drittgrösste Parlamentsgebäude der Welt! Nur das Pentagon und das Parlament in Bukarest sind grösser.
- Tokaj ist ein bekanntes Weinanbaugebiet im Norden von Ungarn.
- Das ungarische Essen musst man unbedingt probieren.
- Der Balaton, besser bekannt als Plattensee, ist der grösste See Mitteleuropas.
- Die ungarische Hauptstadt ist aus drei Städten entstanden: Buda, Obuda und Pest.
- Budapest ist mit ca. 1,7 Mio. Einwohnern auch die grösste Stadt von Ungarn.
- Für jeden EU-Staatsbürger über 65 Jahren und Kinder bis zu 6 Jahren in Begleitung sind die öffentlichen Verkehrsmittel in Ungarn kostenlos! Es reicht, wenn man den Ausweis vorzeigt.
- Die Nationalflagge vor dem Parlament in Budapest wird jeden Tag um 8:30 Uhr morgens feierlich aufgehängt und immer um 18.30 Uhr wieder abgenommen.
- 200 Jahre lang war die Hauptstadt von Ungarn Bratislava.
- Die Matthiaskirche ist die Krönungskirche von Franz und Sissi und auch die Elisabethbrücke wurde nach Sissi benannt.
- Die Grosse Synagoge mit knapp 3000 Sitzplätzen ist auch europaweit die grösste Synagoge und weltweit die zweitgrösste hinter der in New York. Beachte, dass die Synagoge samstags für Touristen geschlossen ist! Welche weiteren Sehenswürdigkeiten du auf keinen Fall verpassen solltest, erfährst du in meinem Budapest Guide.
- Am 20. August ist Nationalfeiertag zur Gründung Ungarns. An dem Tag finden in der Hauptstadt Strassenfeste und am Abend ein riesiges Feuerwerk statt. In der Zeit ist die Kettenbrücke für Autos gesperrt.

# Reisehinweise für Ungarn

Diese Reisehinweise entsprechen der aktuellen Lagebeurteilung des EDA. Sie werden laufend überprüft und bei Bedarf angepasst.

## Grundsätzliche Einschätzung

Ungarn ist ein stabiles Land. Bei politischen Demonstrationen kann es jedoch vereinzelt zu Ausschreitungen kommen. Meiden Sie daher Kundgebungen jeder Art. Aufgrund des russischen militärischen Angriffs auf die Ukraine haben die Spannungen in der Region zugenommen. Die ungarische Regierung hat den Ausnahmezustand verhängt. Dieser berechtigt die Regierung unter anderem, vermehrt Sicherheitskontrollen durchzuführen. Informieren Sie sich vor und während der Reise in den Medien, bei Ihrem Reiseveranstalter oder einer lokalen Kontaktperson über die aktuelle Lage. Befolgen Sie die Anweisungen der lokalen Behörden.

## Kriminalität

Die Kleinkriminalität ist besonders in öffentlichen Verkehrsmitteln, Bahnhöfen und in der Nähe von Sehenswürdigkeiten relativ hoch. Es kommt vereinzelt vor, dass Diebstähle durch Personen in Polizeiuniform verübt werden. Das Polizeipersonal trägt eine Plakette mit fünfstelliger Dienstnummer und kann sich mit einem Dienstausweis in Kreditkartenformat ausweisen. Es werden unter anderem folgende Vorsichtsmassnahmen empfohlen:

- Benutzen Sie bewachte Parkplätze, und sichern Sie das Auto möglichst mit einer Wegfahrsperre oder einem Alarmsystem.
- Um Autos zu stehlen, werden vor allem nachts Pannen oder Hilfsbereitschaft vorgetäuscht (z.B. Anzeige eines Schadens am Fahrzeug). Steigen Sie in einem solchen Fall nicht aus, sondern fahren Sie weiter.
- Seien Sie bei Zufallsbekanntschaften in Bars und Nachtclubs und generell bei Einladungen zu einem Drink von Unbekannten vorsichtig. Es sind zahlreiche Fälle von Touristinnen und Touristen bekannt, die auf diese Weise ausgeraubt oder betrogen worden sind. Opfer eines solchen Vorfalls können Meldung an die ungarische Notrufnummer 112 (Englisch oder Deutsch) machen.
- Wechseln Sie Geld ausschliesslich bei offiziellen Stellen wie Banken und Wechselstuben.
- Benützen Sie Bancomaten möglichst innerhalb der Räumlichkeiten von Banken während der Öffnungszeiten.
- Setzen Sie Ihre Kreditkarten mit Vorsicht ein, denn Missbrauch kommt vor (vor allem in Restaurants).

## Verkehr und Infrastruktur

Die Nebenstrassen sind teilweise in schlechtem Zustand. Das unberechenbare Verhalten vieler Verkehrsteilnehmenden erfordert besondere Vorsicht. Für die Nutzung der Autobahnen und einiger Strassen muss eine Vignette (e-Vignette) gelöst werden.

## Medizinische Versorgung

Die medizinische Grundversorgung ist gewährleistet. Bei medizinischen Behandlungen muss die Europäische Krankenversicherungskarte vorgewiesen werden. Wenn Sie auf bestimmte Medikamente angewiesen sind, sollte Ihre Reiseapotheke einen ausreichenden Vorrat enthalten. Bedenken Sie jedoch: In vielen Ländern gelten besondere Vorschriften für die Mitnahme von betäubungsmittelhaltigen Medikamenten (z.B. Methadon) und Substanzen, mit denen psychische Erkrankungen behandelt werden. Erkundigen Sie sich gegebenenfalls vor der Abreise direkt bei der zuständigen ausländischen Vertretung (Botschaft oder Konsulat) und konsultieren Sie die Rubrik Reiselinks, wo Sie unter anderem weitere Informationen zu diesem Thema sowie generell zur Reisemedizin finden. Über die Verbreitung von Krankheiten und mögliche Schutzmassnahmen informieren medizinische Fachpersonen und Impfzentren.

Datum	Streckenabschnitt	Adresse Harley Davidson Dealer
Fr, 02.06.	Luzern - Feldkirch	<p><b>BIXE AG Harley-Davidson Zentral-Schweiz</b>                      Rothusstrasse 22, 6331 Hünenberg                      +41 41 785 41 00</p> <p><b>Harley-Davidson Graubünden</b>                      Untere Industrie 7, 7304 Maienfeld                      +41 81 330 40 00</p>
Sa, 03.06.	Villach - Lassnitzhöhe	<p><b>Harley-Davidson Kärnten Motodrom</b>                      Lodengasse 23 / Südring 223, A-9020 Klagenfurt                      +43 (0) 463 33115</p> <p><b>Harley-Davidson Clock-Tower Graz</b>                      Kärntnerstrasse 173, A-8053 Graz                      +43 (0) 316 258 173</p>
So, 04.06.	Lassnitzhöhe - Héviz	<p>Harley-Davidson Budapest                      Neszmelyi koz 3, Budapest HUN                      +36 124 80 922</p>
Mo, 05.06.	Héviz - Budapest	<p>Harley-Davidson Budapest                      Neszmelyi koz 3, Budapest HUN                      +36 124 80 922</p> <p><b>Harley-Davidson Budapest Fashion Shop</b>                      Haris köz 2, Budapest, 06                      +36 204 129 240</p>
Di, 06.06.	Budapest – Baden bei Wien	<p><b>Harley-Davidson Sopron</b>                      Györi ut 50/b, Sopron HUN                      +36 302 800 565</p> <p><b>Fischer's Harley-Davidson Wien</b>                      Triester Strasse 260-262, Wien, W                      +43 169 85 252</p>

Datum	Streckenabschnitt	Adresse Harley Davidson Dealer
Mi, 07.06.	Baden bei Wien und Umgebung	<b>Fischer's Harley-Davidson Wien</b> Triester Strasse 260-262, Wien, W +43 169 85 252
Do, 08.06.	Baden bei Wien - Ortenburg	<b>Harley-Davidson St. Poelten</b> Wiener Strasse 211, St. Poelten, AUT +43 2742 74454 <b>HOT-STUFF Harley-Davidson, Salzburg</b> Wasserfeldstrasse 17a, Salzburg, AUT +43 662 265 06
Fr, 09.06.	Ortenburg - Regensburg	<b>Harley-Davidson Bayerwald</b> Deggendorfer Strasse 15, Schwarzach, DEU +49 996 220 3200
Sa, 10.06.	Regensburg - Memmingen	<b>Harley-Davidson House of Flames Augsburg</b> Unterer Talweg 38, Augsburg, DEU +498214554090 <b>Harley-Davidson House of Flames Ulm</b> Wiesengraben 3-1, Erbach-Ringingen, DEU +49 7344 969 8410 <b>K &amp; M Harley World</b> Staudach 4, Staudach / Wangen i.A., DEU +49 7522 977 70
So, 11.06.	Memmingen - Luzern	<b>Bütikofer Harley-Davidson Thurgau</b> Mühlfangstrasse 2, Weinfelden, CHE +41 52 728 04 05 <b>Bütikofer Harley-Davidson Zürich</b> Riedgrabenstrasse 1, Rümlang, ZH +41 44 544 15 15

# Klimatische Tabelle Budapest

Budapest weist im Sommer vergleichsweise hohe Temperaturen auf, während die Werte auf dem Thermometer im Winter regelmässig unter null Grad sinken. Die heisseste Zeit im Jahr liegt zwischen Juni und August, wenn die durchschnittlichen Maximaltemperaturen Werte zwischen 26 und 28 Grad Celsius erreichen.

	Jan	Feb	Mrz	Apr	Mai	Jun	Jul	Aug	Sep	Okt	Nov	Dez
Temp Durchschnitt (C)	2	4	10	16	21	24	27	27	21	15	8	3
Mittlerer Niederschlag in mm	41	42	44	53	73	77	67	62	57	50	55	45
Wolkenbedeckung in %	70	67	63	58	56	55	48	44	53	57	70	72
Sonnenstunden/Tag	2	3	4	6	8	8	9	9	7	5	2	1
Regentage (Tage)	8	6	6	6	8	8	7	6	5	5	7	7
Niederschlagsmenge in mm	32	31	29	38	55	63	52	51	40	33	52	40
Sonnenstunden (Std pro Tag)	2	3	4	6	8	9	10	9	7	4	2	1

- Ungarn hat ein gemäßigtes Klima mit drei Klimazonen: Mittelmeerklima im Süden, kontinentales Klima im Osten und atlantisches Klima im Westen.
- Der Winter in Ungarn ist kalt, bewölkt, feucht und windig.
- Der Sommer ist warm bis sehr heiss. Juli und August sind die heissesten Monate (durchschnittliche Temperatur 26 °C), der Januar der kälteste (-4 °C).
- Die Zahl der Sonnenstunden liegt im Durchschnitt zwischen 1.900 und 2.500 pro Jahr, damit liegt Ungarn europaweit auf den Spitzenrängen.
- Die durchschnittliche jährliche Niederschlagsmenge liegt bei 650 mm.

# Meteo-Prognose

Stichzeit: 29.04.2023, 20:39, Quelle: WeatherPro

Orte / Zeiten	Fr 02.06.	Sa 03.06.	So 04.06.	Mo 05.06.	Di 06.06.	Mi 07.06.	Do 08.06.	Fr 09.06.	Sa 10.06.	So 11.06.
Luzern/Feldkirch										
Villach										
Lassnitzhöhe										
Héviz										
Budapest										
Baden (bei Wien)										
Passau										
Regensburg										
Memmingen										
Luzern										

# Rezept Stonecourt-Roulade

Quelle: Heidi Otte, Mutter der Stonecourt-Roulade

Eigelb und Wasser mit einem Schneebesen schaumig schlagen und nach und nach 2/3 des Zuckers mit dem Vanillin-Zucker dazugeben. Danach so lange schlagen, bis eine cremartige Masse entstanden ist. Eiweiss zu steifem Schnee schlagen. Dann unter ständigem Schlagen esslöffelweise den Rest des Zuckers dazugeben. Der Schnee muss so fest sein, dass ein Schnitt mit einem Messer sichtbar bleibt. Den Schnee auf die Eigelbmasse geben. Darüber das mit „Epifin“ und Backpulver gemischte Mehl sieben. Alles vorsichtig (nicht rühren) unter die Eigelbmasse ziehen.

Backblech mit Backtrennpapier belegen. Den Teig etwa 1 cm dick auf das vorbereitete Backblech streichen und sofort backen.

Das Backblech in die Mitte des Ofens schieben.

## Backzeit

Vorheizen	10 Min, 180 Grad
Backen	12 Min, 180 Grad

Nach dem Backen Biskuit sofort auf ein mit Zucker bestreutes sauberes Küchentuch stürzen. Das Backtrennpapier vorsichtig, aber schnell abziehen und die Roulade mit dem Küchentuch einrollen. Roulade erkalten lassen.

In der Zwischenzeit Rahm steif schlagen. Früchte mit etwas Zucker marinieren. Danach Früchte auf Biskuit verteilen und ihn mit Rahm bestreichen. Roulade von der kürzeren Seite her aufrollen und mit Puderzucker bestreuen. Anschliessend Kunstwerk kühl stellen.



## Teig

4	Eigelb
3 - 4	Esslöffel heisses Wasser*
125 g	Zucker
1	Päcklein Vanillin-Zucker
4	Eiweiss
75 g	Weissmehl
50 g	(5 gestrichene Esslöffel) Epifin
1	Messerspitze Backpulver

\* bei grossen Eiern 3 Esslöffel Wasser und bei kleinen 4 Esslöffel nehmen

## Füllung

4 dl	Rahm
250 g	Früchte nach Saison (Erdbeeren, Himbeeren, Äpfel, etc.)

## Zum Bestreuen

Etwas Puderzucker

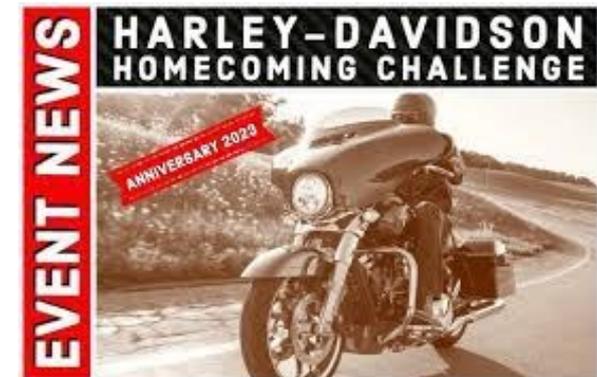
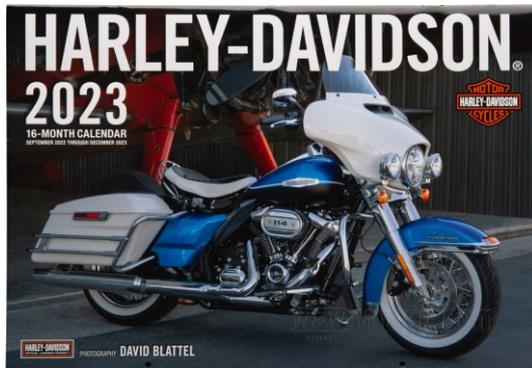


"Hubraum statt Wohnraum."	"Harleyfahren ist das Schönste was man angezogen machen kann."	"Je älter der Bulle, desto härter sein Horn."
"Verkehrsampel: schüchternes Wesen, das rot wird, wenn man sich ihm nähert."	"Die Rauchschnalbe, der Vogel des Jahres 2004, kann auch im Fliegen schlafen. Na und? Das können viele Autofahrer genauso gut."	"Hinter jedem guten Seemann steht eine starke Frau - oder mehrere in unterschiedlichen Häfen."
"There's only one way to really understand Harley-Davidson. Ride one."	"Great riders aren't born. They're made."	"Wer ohne Vorfahrt vorfährt, kann seinen Vorfahren nachfahren."
"Stop dreaming.Start riding."	"The Road starts here. It never Ends."	"Ride hard or stay home!"
"Harley Davdson fahren ist die wildeste Spielart einer friedlichen Seele."	"Wenn Schweine fliegen könnten, bräuchten Bullen keine Hubschrauber."	"Four wheels move the body, two wheels move the soul."
"You can't buy happiness but you can buy a Harley-Davidson and that's kind of the same thing!"	"Wir sind Harleyfahrer und nicht Frauenärzte aber wir können es uns ja trotzdem mal anschauen!"	"Ich lenke, also bin ich!"
"Wenn man rechts dreht wird die Landschaft schneller!"	"There's only one way to really understand Harley-Davidson. Ride one!"	"No road is too long when you have good company."
"Das einzige Problem beim Nichtstun ist, dass man nicht weiss, wann man fertig ist."	"Versehentlich eingeschlagene Umwege erweitern den Horizont."	"Wir sind die, vor denen uns unsere Eltern immer gewarnt haben!"
"Eine Kurve ist nicht das Ende der Strasse, es sei denn – du verpasst, ihr zu folgen."	"Für den Strassenbelag sind alle Menschen Draufgänger."	"Leistung gibt an, wie schnell man an einen Baum fährt. Drehmoment, wie fest."
"Lieber ein Loch in der Hose als ein Gewitter im Anzug."	"Der gute Vorsatz ist ein Pferd, das oft gesattelt, aber selten geritten wird."	"Wer später bremst, fährt länger schnell."
"Der Vordermann fährt immer miserabel. Frag deinen Hintermann."	"Das waren noch Zeiten, in denen Landkarte und Strumpfband den Fahrspass befeuerten."	"Harley Davidsons verlieren kein Öl, sie markieren ihr Territorium."



# Safe the date 2023

- |                      |  |
|----------------------|--|
| 4. – 11. März        | Daytona Bike Week, Daytona Beach, Florida USA  |
| 7. Mai               | Love Ride Switzerland, Dübendorf Schweiz   |
| 19. – 21. Mai        | Hamburg Harley Days, Hamburg Deutschland   |
| <b>2. – 11. Juni</b> | <b>14th Stonecourt Annual Road Classic 2023, Ungarn</b>                                      |
| 20. – 25. Juni       | 120. Geburtstagsfeier von Harley Davidson in Europa, Budapest Ungarn                         |
| <b>30. Juni</b>      | <b>Stonecourt Charity 2023, Schweiz</b>  |
| 13. – 16. Juli       | Harley Davidson Homecoming Festival, Milwaukee USA   |
| 4. – 11. August      | "STURGIS" Die Mutter aller Motorrad-Rallys feiert ihren 83. Geburtstag, Sturgis South Dakota |
| 16. – 19. August     | Battle Cry of Freedom H.O.G. Rally, Gettysburg Pennsylvania                                  |
| 25. – 28. August     | Thunder in the Glens, Aviemore Schottland  |
| 5. – 10. Sept        | European Bike Week, Faaker See Österreich  |
| 15. – 17. Sept       | Opale Harley Days, Hardelot Frankreich   |
| <b>3. November</b>   | <b>Jahresschlusessen Stonecourt, Restaurant Sowieso, Luzern</b>                              |







# Die 12 GEBOTE des Stonecourt Wild Chapter

## **Präambel**

Der Name Stonecourt ist abgeleitet vom Namen Steinhof. Im Schloss ähnlichen Alters- und Pflegeheim in Luzern liegt eine der Wiegen des STONECOURT WILD CHAPTER.

## **1. Gebot**

Das STONECOURT WILD CHAPTER ist eine Non-Profit-Organisation und als solche weder ein Verein noch sonst eine amtlich eingetragene Institution. Es handelt sich dabei um eine lockere Gruppe von Harley-Davidson-Freaks mit normalen Vorlieben, normalem Outfit, normalen Bedürfnissen, normalen bis abnormalen Harley-Davidson-Bikes.

## **2. Gebot**

Das STONECOURT WILD CHAPTER weist als Nicht-Verein keinerlei Mitglieder auf. Seine Nicht-Mitglieder werden als Member bezeichnet.

## **3. Gebot**

Es gibt beim STONECOURT WILD CHAPTER Nicht-Verein logischerweise weder Statuten noch eine Generalversammlung (1. und 2. Gebot). Alle Member sind gleichberechtigt. Es gibt keine gemeinsame Kasse. Auf Ausfahrten gilt die individuelle Hackordnung.

## **4. Gebot**

Normalerweise jährlich einmal treffen sich die Stonecourt Member zur eingeladenen Gala-Versammlung, GV genannt. Offizielles Tagungsort ist die Hemingway Lounge im Art Deco Hotel Montana, Luzern. Als sichtbares Zeichen hängt an der Wand das STONECOURT WILD CHAPTER Logo, welches durch Handauflegen die Lokalität zum eigentlichen Kraftort adelt und andere Biker voller Neid erblassen lässt.

## **5. Gebot**

GV-Traktanden sind: a) das Nicht-Mitglieder-Verzeichnis, b) allfällige Mutationen, c) die Annual Stone Court Road Classic, d) die Stonecourt Charity Ausfahrt, e) Varia.

## **6. Gebot**

Member des STONECOURT WILD CHAPTER kennzeichnen sich mit dem STONECOURT WILD CHAPTER Stickabzeichen, ... ein vom Besitzer bezahltes Geschenk. Es adelt den Träger als Teil einer ausserordentlich exklusiven Gruppe der unterschiedlichsten Einkommensklassen ... vom monatlichen Existenzminimum bis zur Abfindung in Millionenhöhe.

## **7. Gebot**

Die Zahl der Nicht-Mitglieder (Member) ist auf 12 (in Worten zwölf) beschränkt. Allein diese maximal 12 Nicht-Mitglieder dürfen an der traditionellen Stonecourt Annual Road Classic mitfahren.

**8. Gebot**

Bezüglich des 7. Gebots gibt es keine Ausnahmen, selbst dann, wenn der Paulus zum Saulus mutieren sollte.

**9. Gebot**

Weitere Ausfahrten erfolgen nach Lust und Laune, ... meistens an einem «trockenen Samstag», mit SMS-Info am Vortag. Abfahrtsort ist in der Regel die Shell-Tankstelle in Kriens (Nidfeldstrasse). Sympathische Gäste (m und w) können auf Einladung eines der Member mitfahren. Einzige Bedingung: eine Harley-Davidson als Untersatz.

**10. Gebot**

Mindestens einmal im Jahr soll der Klassiker «Brünig, Grimsel, Geschinen – Baschi -, Nufenen, Gotthard, Luzern» gefahren werden und zwar immer mit gleicher Streckenführung, mit immer gleichem Kaffeehalt in Meiringen und den immer gleichen Schafskoteletten vom Baschi-Grill, ... nur das Schaf sollte jeweils neu sein.

**11. Gebot**

Erklärt ein Nicht-Mitglied seinen Austritt aus dem amtlich nicht erfassten STONECOURT WILD CHAPTER, kann ein Anwärter / eine Anwärterin vorgeschlagen und nach entsprechender Probezeit definitiv ins STONECOURT WILD CHAPTER aufgenommen werden. Die Zustimmung und Aufnahme als Member beziehungsweise als Nicht-Mitglied muss einstimmig, also ohne Gegenstimme oder Enthaltung, erfolgen.

**12. Gebot**

STONECOURT WILD CHAPTER Member dürfen altershalber auf eigenen Wunsch nicht auf, sondern ins zweite Glied treten. Sie werden in diesem Fall automatisch Member beziehungsweise Nicht-Mitglied der Stonecourt-Over-12-Category und damit weiterhin Träger des STONECOURT WILD CHAPTER Logos. Der im STONECOURT WILD CHAPTER frei werdende Platz kann gemäss dem 7. Gebot neu besetzt werden. Member der Stonecourt-Over-12-Category nehmen als Stimmberechtigte an der GV teil und können alle Touren als Driver (2- und 3-Rad), Sozius/Sozia, Seitenwagen-Begleitung, Begleitauto-DriverIn oder Begleitauto-BegleiterIn mitmachen.

**Postambel**

Eine allfällige Auflösung des STONECOURT WILD CHAPTER oder der Ausschluss eines Nicht-Mitglieds (Member) muss anlässlich einer GV grossmehrheitlich erfolgen. Mögliche Gründe für einen Ausschluss sind: Markenwechsel (siehe 1. Gebot), Missachtung der 12 Gebote (u.a. 8. Gebot), Geschenk einer Luxus-Villa in Corleone von Unbekannt usw.

Von der GV (siehe 4. Gebot) vom 18. Februar 2018 einstimmig (10:0) genehmigt.

*Fussnote: 4. Gebot und 9. Gebot: Antrag auf eine Statutenänderung folgt am 3. November 2023*

# Fit mit Choke - 10 Übungen für Harley Biker

Du freust dich schon seit Januar auf die ersten Ausfahrten? Mit unseren HD-Gymnastik-Übungen gelingt dir die perfekte Vorbereitung auf die HD-Bikersaison.



## 1. Ausfallschritt: 15 Wiederholungen pro Seite

Gehe in den Ausfallschritt, ein Bein nach vorne. Verlagere die Körpermitte nach unten und beuge das hintere Knie, das Gewicht dabei nach vorne verlagern. Halte die Position kurz und tausche dann. Der Ausfallschritt trainiert Koordination und stärkt Knie- und Sprunggelenke.

## 2. Kniebeuge: 2 x 15 Wiederholungen

Schulterbreit hinstellen, dann Knie beugen, so dass die Oberschenkel ungefähr waagrecht zum Boden stehen. Versuche, den Rücken dabei möglichst gerade zu halten. Knie und Fuss sollen in die gleiche Richtung zeigen. Arme nach vorne strecken.

## 3. Seitstütz: 60 Sekunden pro Seite

Begib dich in die Seitenlage und stütze dich auf den Unterarm. Schiebe dann Oberkörper und Hüfte nach oben, sodass Schulter Becken und Knie auf einer Linie sind. Position einige Sekunden halten.

## 4. Die Planke: 60 Sekunden

Beim sogenannten Planking gehst du in die Ausgangsposition für eine Liegestütze und versuchst, diese so lange wie möglich zu halten. Für einen höheren Schwierigkeitsgrad kannst du dich auch auf deine Ellbogen stützen. Eine Variation der Planke ist dieselbe Übung, nur auf der Seite: Stütze dich auf einen Ellbogen und legen die Füße übereinander. Konzentriere dich darauf, in der Hüfte nicht einzuknicken.

**5. Bergsteiger:** 2 x 30 Sekunden

Komme in den Liegestütz. Dann abwechselnd das rechte und linke Knie diagonal zum Ellenbogen führen. Denk daran, dabei immer die Spannung zu halten.

**6. Schwimmer:** 2 x 30 Sekunden

Lege dich flach auf den Bauch, Beine und Arme sind ausgestreckt und der Blick geht nach unten. Hebe das rechte Bein und den linken Arm und wechsele, ohne dass jemals Beine oder Arme den Boden berühren.

**7. Zweibeiniger Sprung:** 3 x 30 Sekunden

Deine Beine sollen beim Motorradfahren nicht nur stark, sondern auch wendig sein. Deshalb solltest du mit deinen Bikergymnastik-Übungen auch schnelle Bewegungen trainieren. Stelle dich dabei mit geschlossenen Beinen vor ein kleines Hindernis wie eine Kiste oder eine Treppenstufe und springe 30 Sekunden lang schnell darauf und wieder zurück. Das trainiert deine Beinmuskeln und deine Schnelligkeit.

**8. Wand-Sitz:** 60 Sekunden

Sieht bequem aus, ist aber ganz schön anstrengend: Lehne dich mit geradem Rücken gegen eine Wand und beuge deine Knie im 90 Grad Winkel. Füße parallel. Halte diese Position rund 60 Sekunden.

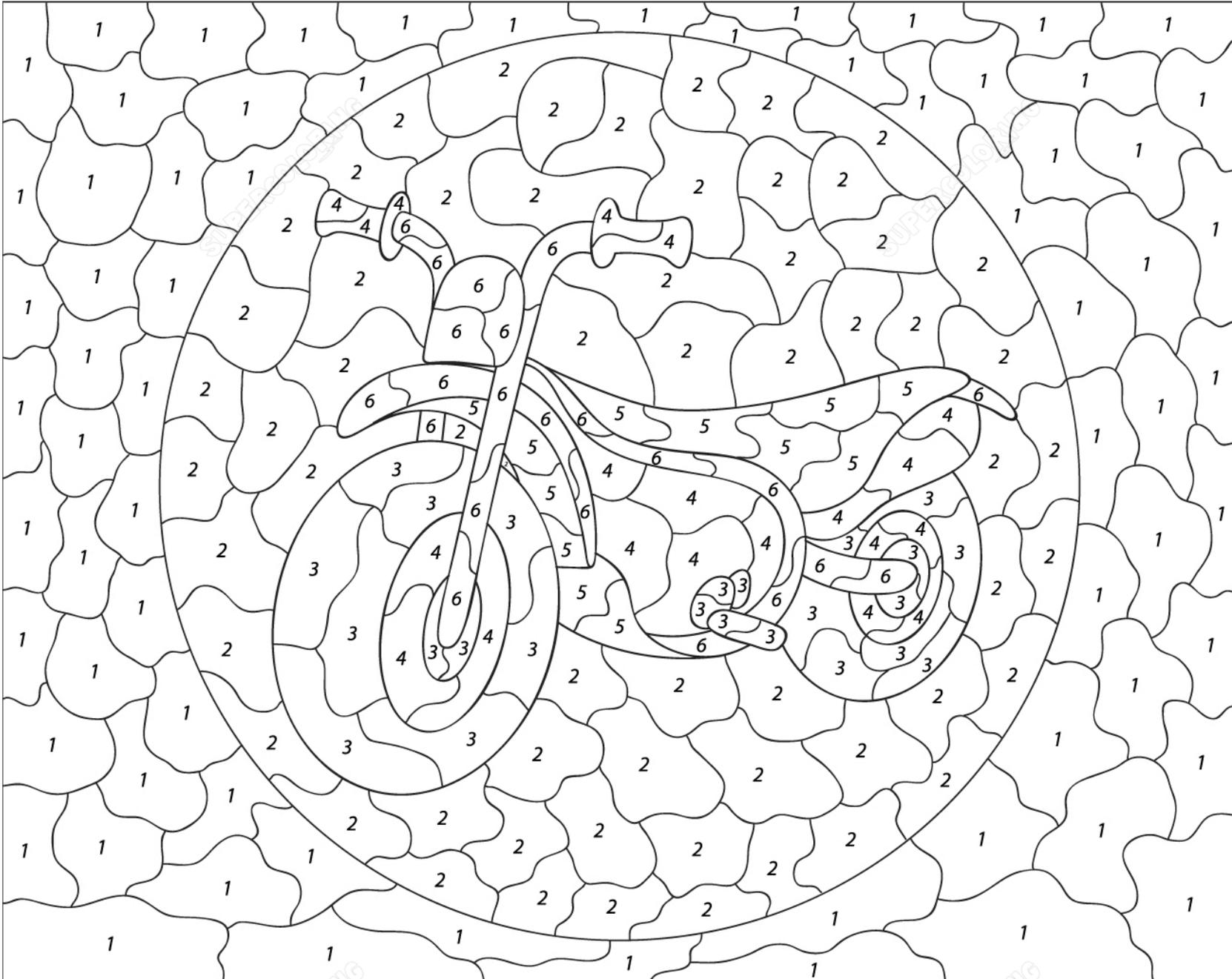
**9. Alltags-Hack:**

Wenn du nebenbei auch noch deine Balance trainieren willst, stelle dich einfach immer mal wieder auf ein Bein und versuche das Gleichgewicht zu halten. Das geht super nebenbei, zum Beispiel beim Telefonieren oder Zähneputzen.

**10. Diagonalstrecker:**

Nicht zuletzt solltest du beim Bikertraining ein Workout für deinen Rücken einplanen. Denn die Wirbelsäule wird beim Motorradfahren belastet, vor allem, wenn du zum Beispiel über eine holprige Strasse fährst. Für die Stärkung der Rückenmuskulatur bietet sich zum Beispiel der Diagonalstrecker an. Lege dich dabei bäuchlings auf den Boden und strecke die Arme nach vorn. Hebe dann das rechte Bein und die linke Hand an. Halte die Position für ein paar Sekunden und wechsele die Seiten. Dieselbe Übung kannst du auch auf den Knien durchführen.

# Für den Nachwuchs - Malen nach Zahlen



1

2

3

4

5

6

# Unfall – Was tun?

## Schauen

- Ruhe bewahren
- Situation überblicken, was ist geschehen?
- Wer ist beteiligt oder betroffen?
- Gibt es besondere Umstände/Gefahren?

## Denken

- Folgegefahren für Patienten und Helfer erkennen
- Sind Hilfsmittel vorhanden (z.B. Apotheke)?
- Wo können Helfer eingesetzt werden?

## Handeln

- Unfallstelle absichern. Folgeunfälle verhindern.
- Patienten aus der Gefahrenzone bergen.
- Lebensrettende Sofortmassnahmen einleiten
- Fachhilfe alarmieren
- Überwachen und betreuen der Patienten.
- Patienten vor Witterungseinflüssen schützen.



## Lebensrettende Sofortmassnahmen (LRSM)

### A – Airways

- Ist der Patient ansprechbar?
- ansprechen, berühren oder kneifen, Verletzungen abklären
- Atemwege des Patienten freilegen:
  - Kopf leicht nach hinten neigen
  - Kinn anheben
  - beengende Kleidungsstücke öffnen
  - Störfaktoren entfernen (Kaugummi, Zahnspange, etc.)

### B – Breathing

- Ist Atmung vorhanden?
- an der Nase des Patienten horchen, Patient in Bewusstloslage bringen, gut überwachen
- Beatmen: 2 Beatmungsstösse einblasen

### C – Circulation

- Ist ein Puls vorhanden?
- 5-10s Puls fühlen
- weiter Beatmen
- CPR: Herzmassage (2mal beatmen/30mal komprimieren)



**Notizen**

- 1** 2009 Emilia Romagna
- 2** 2010 Alsace Schwarzwald
- 3** 2011 Piemonte
- 4** 2012 Liguria
- 5** 2013 Transsilvania
- 6** 2014 Côte d'Azur
- 7** 2015 Sydsverige
- 8** 2016 Polska
- 9** 2017 Sicilia
- 10** 2018 Greece
- 11** 2019 Sardegna
- 12** 2020 CH Grenzfahrt
- 12** 2021 Pyrénées
- 13** 2022 Normandie

**14<sup>th</sup>**



**Annual Road Classic 2023**  
**Austria Hungary Germany**