



Daniela Kinz hat vor zwei Jahren mit dem Mountainbiken begonnen. Biken ist für sie die ideale Kombination aus Kraft und Ausdauer mitten in der Natur in Verbindung mit Action und Adrenalin.

Daniela Kinz

Monatsfrau 11

Daniela Kinz kommt aus dem schönen Salzkammergut und ist eigentlich eine „toughe Businessfrau“, wie Freunde über sie sagen. Das scheint ihre Energie jedoch nicht zu erschöpfen: Selbst auf der Suche nach Anschluss und Frauen-Power wirbelte sie erst in Wien in die „velochicks“ (www.velochicks.at) hinein, um dort sofort kreativ mit einzusteigen. Sie organisiert Ausfahrten und „fette Partys“, „um mehr Frauen zu diesem genialen Sport zu bekommen – denn dieses Gefühl, das Frau auf dem

Bike in der Natur hat, sollen viele erleben“. Zurück in der Heimat, gründet sie Anfang des Jahres eine Zweigstelle in Salzburg. Unermüdlich arbeitet sie nun daran, auch dort neue Mitglieder zu gewinnen und für bestehende Mitglieder attraktive Angebote ins Leben zu rufen – und opfert dafür zahlreiche Wochenenden und Abende. Wobei das im Gespräch mit ihr nach deutlich mehr Lust als Last klingt ...

Die velochicks haben sich von der ersten Stunde an zum Ziel gesetzt, Frauen beim Einstieg in den Radsport und bei der Materialauswahl zu unterstützen und mit regelmäßigem Training zu begleiten.

mäßiges Training und mit Gleichgesinnten in die Pedale zu treten sind die Grundvoraussetzungen für nachhaltigen Spaß am Radsport.

Viel zu oft beginnen Frauen mit einem viel zu großen Rad, dem falschen Sattel und kompletter Überanstrengung und verlieren damit gleich wieder die Freude am Radsport. Das abgelegte Bike des Partners ist meistens auch die falsche Wahl, um den Spaß am Biken zu entdecken. Dabei entsteht meistens Frust statt Lust.

Die velochicks haben sich von der ersten Stunde an zum Ziel gesetzt, Frauen beim Einstieg in den Radsport und bei der Materialauswahl zu unterstützen und mit regelmäßigem Training zu begleiten.

Bei den velochicks sind natürlich auch Gockeln (Männer) willkommen. Dafür haben wir unsere regelmäßigen velochicks & friends Ausfahrten, bei denen auch unsere Männer mitfahren.

Euer erstes Gebot im „Hühnermanifest“ lautet: „Chicks / Ladies first“. Was bedeutet das für dich?

Bei den velochicks stehen die Bike-Bedürfnisse unserer Mitgliedsfrauen an erster Stelle – auch bei den gemeinsamen Chicks & Gockel Ausfahrten.

Wie bist du zu den velochicks gekommen und was sind deine Aufgaben dort?

Bei meinem Mountainbike-Urlaub in Spanien habe ich Bekky und Kerstin aus der Schweiz kennengelernt – die gerade die Bikeladys.ch gegründet hatten. Nach meiner Rückkehr war ich neugierig, ob es auch eine MTB-Trainingsgruppe für Mädls in Österreich gibt. Es hat nicht lange gedauert und ich habe im Web die velochicks entdeckt. Ich war nach dem ersten Kennenlernen begeistert von der Power und den Möglichkeiten, regelmäßig gemeinsam zu trainieren. Ich wurde im Verein herzlich aufgenommen und es haben sich auch Freundschaften daraus entwickelt. Von der ersten Stunde an war mir klar: Ein Verein ist ein Miteinander und jede von uns muss sich – im Rahmen ihrer Möglichkeiten – einbringen, um die velochicks zum Pulsieren zu bringen. Ich bin im Verein Schriftführerin. Österreichweit gibt es regelmäßige Treffen für Organisation und Strategie – natürlich in Verbindung mit Bike-Ausfahrten – und in Salzburg bin ich die Gründerin vom Salzburger Hühnernest.

Engagierst du dich dort komplett ehrenamtlich oder bekommst du für dein Engagement etwas?

Mein Engagement ist eine reine Herzensangelegenheit und ehrenamtlich. Ich verdiene keinen Cent dabei. Manchmal ist es zeitlich auch eine Herausforderung, da natürlich nur Abende und Wochenenden infrage kommen für Vorbereitungen, aber ich investiere gerne diese Zeit, weil es mir große Freude macht – vor allem, wenn ich sehe, dass unser Netzwerk wächst und die Begeisterung anhält.

Woher kommt deine Motivation, dich in Salzburg so sehr für die Bikerinnen einzusetzen?

Ich bin Anfang des Jahres zurück in meine Heimat Salzburg gezogen. Hier bin ich zu Hause. Ich wollte aber auch nicht auf die velochicks aus Wien verzichten. Deshalb haben wir die Idee geboren, ein weiteres Hühnernest in Salzburg zu probieren. Und es ist gelungen. Mit den velochicks in Salzburg habe ich bisher schon viele radsportbegeisterte Frauen und Männer kennengelernt und es hat sich ein wunderbares Netzwerk entwickelt, in dem wir uns regelmäßig für Ausfahrten, zu Technik-Kursen und dem monatlichen Stammtisch treffen. Die Levels reichen von Anfängerinnen über Fortgeschrittene bis hin zu Profi-Bikerinnen. Persönlich freue ich mich sehr, dass es gelungen ist, eine solche Gemeinschaft in Salzburg zu gründen, mit der notwendigen Freiheit und Verbindlichkeit, die in unserem Verein an erster Stelle steht. Jede Mitgliedsfrau kann frei entscheiden, wann und in welchem Umfang sie sich engagiert – ich halte nichts von Pflichtübungen in der Freizeit, aber ein paar Spielregeln braucht's natürlich immer.

Wie war die Reaktion der Bikerinnen auf die Gründung von velochicks in Salzburg? Haben sie dir die Bude eingerannt, oder ...?

Als One-Women-Show hier zu starten war natürlich eine Herausforderung. Ich habe vielen Menschen von meiner Idee erzählt und dadurch haben sich wiederum Synergien, Ideen und Kontakte ergeben. Auf diese Weise war es möglich, dass wir zu Ostern hier mit einer ersten Ausfahrt geschlüpft sind. Bei der ersten Ausfahrt war auch Steffi dabei – eine GIRLSRIDETOO.DE-Frau, die sich von der ersten Stunde an mit viel Begeisterung in den Verein einbringt. Mittlerweile sind

Fass mal kurz zusammen: Wer oder was sind und machen die „velochicks“?

Seit rund zehn Jahren haben sich die velochicks – Österreichs Verein für radsportbegeisterte Frauen – zum Ziel gesetzt, mit viel Frauen-Power, ausgebildeten Instruktorinnen und engagierten Mitgliedern, ehrenamtlich Frauen beim Einstieg in den Radsport und bei der Materialauswahl zu unterstützen und mit regelmäßigem Training zu begleiten.

Warum gibt's einen Radverein speziell für Frauen? Denn Männer müssen bei euch ja komplett draußen bleiben, oder?

Warum ein Verein für Frauen? Das erklärt sich ganz schnell: Frauen haben beim Radsport oftmals andere Voraussetzungen – seien es Ergonomie, Kraft, Kondition – als Männer, und maßgeschneidertes Material, richtige Technik, regel-

wir in Salzburg rund 20 Mitgliedsfrauen und ich bin überwältigt, mit wie viel Einsatz und Power die Frauen im Alter zwischen 24 und 50 unser Bike-Netzwerk nutzen und unterstützen. Gemeinsam haben wir in den letzten Monaten unser Angebot in Salzburg entwickelt, das mittlerweile von wöchentlichen Ausfahrten über Fahrtechnik- und Reparaturkurse, monatlichem Stammtisch bis hin zu Rabatten bei unseren Partnern reicht.

Die Ideen und Vorteile für unsere Mitgliedsfrauen gehen uns nicht aus. Kontinuierlich knüpfen wir neue Kooperationen mit Bike-affinen Angeboten hier in Salzburg. Natürlich braucht das alles auch ein bisschen Zeit. Ich bin davon überzeugt, dass wir in Salzburg weiterwachsen werden durch das Engagement jeder einzelnen Mitgliedsfrau.

Wer kommt zu euch? Gibt es „das typische Velo-Chick“?

Jede motivierte Frau in jedem Alter kann ein velochicks werden. Die einzigen Voraussetzungen sind: Grundkondition, sicher auf dem Fahrrad sitzen und die übliche Portion an guter Laune, Motivation und Bewegungsfreude. In Salzburg haben wir aktuell eine Altersstruktur zwischen 24 und 50 Jahren und das in jedem Level.

In Vereinen gibt es oft auch viel „Vereinsmeierei“, also viel Bürokratie und Diskussionen um interne Dinge. Wie ist das bei euch?

Natürlich gibt es im Verein viel zu organisieren. Meist im Hintergrund und das ist dann auch selten sichtbar. Aber wir helfen alle zusammen tatkräftig und teilen uns die Arbeiten zwischen Obfrau Eva in Wien, unserer Kassiererin Martina in Graz und mir als Schriftführerin in Salzburg auf. Und unsere Mitgliedsfrauen in allen Hühnerneuern übernehmen auch gerne immer wieder Aufgaben je nach ihren fachlichen Kompetenzen – zum Beispiel Fotografie, Webdesign oder Grafik. Nur so kann eine Gemeinschaft funktionieren.

Gibt's Unterschiede zwischen den Wiener velochicks und den velochicks Salzburg? Inwieweit trägt „velochicks Salzburg“ deine Handschrift?

Den Unterschied gibt es nur in der Landschaft. In Salzburg knacken wir gerne viele Höhenmeter und fahren alpine Tages- und Wochenendtouren in Kombination mit lustigen Trailabfahrten. In Wien sind die Berge nicht so hoch, dafür gibt's aber genug lustige Trails in und rund um Wien. Die Handschrift aller Hühnerneuern ist der herzliche, respektvolle und wertschätzende Umgang miteinander. Jede von uns ist gleichwertig und hat ihren Platz in der Gruppe. Natürlich muss es ein Support-Chicken pro Bundesland geben, das den Hühnerstall beisammenhält. Das mache ich sehr gerne und mit viel Herz, Einsatz und auch Organisation und ich glaube, das ist meine Handschrift.



Danis Herz springt bei Höhenmetern die sie knackt. Ein anderes Mal, wenn ihr Single Trails technisch gut gelingen.

Ihr seid – ganz neu – Partner des Internationalen Bergfilmfestivals in Salzburg. Erzähl mal: Wie kam es dazu, und wie schaut die Partnerschaft aus?

Das internationale Bergfilmfestival widmet einen Abend dem Mountainbiken, und die velochicks stellen sich in diesem Rahmen vor, mit ihrer Mission, Idee und ihrem Angebot in Salzburg und ganz Österreich mit dem Ziel, mehr Frauen für das Mountainbiken zu begeistern.

Daran arbeiten wir gerade auf Hochtouren und freuen uns auf viele Besucher/-innen am 27. November im DAS Kino in Salzburg.

Diese wunderbare Zusammenarbeit ist ganz unspektakulär entstanden. In einem Gespräch über das verbindende Element Berg. Es freut uns sehr, dass wir mit dem Internationalen Bergfilmfestival eine solch namhafte Unterstützung haben.

Welchen Rat möchtest du anderen Bikerinnen mit auf den Weg geben?

Wenn ich auf dem Bike bin, fahre ich mein Tempo, mit meiner Kraft, meiner Ausdauer und meinem technischen Können. Ich mag es, mich kontinuierlich zu steigern und zu verbessern, und das in meinem Rhythmus – und genau das rate ich auch den Frauen: bei sich zu bleiben und immer wieder innezuhalten, die eigene Leistung zu reflektieren und sich auch mal auf die Schulter zu klopfen.

Die Handschrift aller Hühnerneuern ist der herzliche, respektvolle und wertschätzende Umgang miteinander.