



**Kanton Zürich  
Sportamt  
Koordinationsstelle Veloverkehr**

# **pumptrack.zh**

**Velo- und Sportförderung**



# Pumptrack? Was ist das und wie geht das?

Der kompakte, geschlossene Rundkurs mit Wellen und Steilwandkurven kann mit Velos, Kick- und Skateboards und sogar mit Laufrädern befahren werden. Gerade Kindern und Jugendlichen bietet er ein attraktives und niederschwelliges Bewegungsangebot im öffentlichen Raum.

Der Clou: Auf dem Pumptrack muss der Antrieb nicht mit Pedalieren oder Kicken erzeugt werden; es genügen dazu das geschickte Verlagern des Gewichts sowie Druck und Entlasten der Räder. Dieses «Pumpen» strengt ganz schön an – und das einmalige Fahrgefühl macht riesigen Spaß!



## Die Geschichte des Pumptracks

In den 70er- und 80er-Jahren erlebte das BMX-Fahren eine erste Beliebtheitswelle. Schon dieser Velosport, eine Art Motocross auf Fahrrädern, kannte das Befahren hügeliger Wellenbahnen. In den 2000er-Jahren waren es dann vor allem die Mountainbiker, welche Pumptracks als Trainingsparcours nutzten. Während frühere Anlagen aus Erde und entsprechend intensiv im Unterhalt waren, sind die heutigen asphaltierten Pumptracks auf eine längere Lebensdauer angelegt.





## Was bringen Pumptracks?

Auch wenn Aussenstehende das Rauf und Runter und Kreuz und Quer auf Pumptracks oft mit Besorgnis beobachten – bisherige Erfahrungen entkräften diese Bedenken. Die Anlagen bieten ein gut funktionierendes Übungsfeld für Gross und Klein. Und mehr als das:

- Pumptrackfahren fördert spielerisch räumliche Koordination, Gleichgewichtssinn und Timing im Abschätzen von Geschwindigkeit und Fahrtrichtung.
- Das intensive Pumpen stärkt Herz und Kreislauf.
- Die Kinder sind an der frischen Luft.
- Alle fahren auf unterschiedlichem Niveau. Ohne gegenseitige Rücksichtnahme funktioniert ein Pumptrack nicht. Wer Spass haben will, muss darum auf andere achtgeben können.
- Angeeignete Fahrkompetenzen wirken sich direkt im Strassenverkehr aus. Kinder (und auch Erwachsene) lernen auf dem Pumptrack spielend, ihr Velo oder Kickboard zu beherrschen.
- Das Fahren auf dem Pumptrack ist auch für Zuschauer attraktiv. Die Anlage kann so zu einem Ort der Begegnung in der Gemeinde werden.



# Pumptrack auf Tour

Aus all diesen guten Gründen hat die kantonale Veloförderung in Kooperation mit dem Sportamt des Kantons drei mobile Pumptracks beschafft und auf Schulhaustour geschickt.

Die Anlagen stehen von März bis November jeweils drei Wochen auf einem Schulhausplatz und zügeln danach zur nächsten Station. Die Rückmeldungen von Behörden, Schulen und aus der Bevölkerung sprechen eine klare Sprache, und auch die Zahlen unterstreichen das positive Ergebnis: An Spitzentagen registrierte der eingebaute Sensor auf dem mobilen Kurs von 65 Metern bis zu 10 000 Runden, also 650 Kilometer pro Tag.

Schulen aus dem Kanton Zürich, die daran interessiert sind, einen der mobilen Pumptracks auf ihrem Schulhausplatz aufzubauen, können sich jeweils im Januar unter [pumptrack.zh.ch](http://pumptrack.zh.ch) bewerben. Bei mehreren Bewerbungen für die gleiche Zeitspanne entscheidet das Los.

Voraussetzung für das Aufstellen eines mobilen Pumptracks ist, dass die Schule über einen ebenen Platz (geetert, roter Platz o. Ä.) von mindestens 26.4 x 10.2 m verfügt. Benötigt werden zudem 3 bis 4 Helfer, welche für Auf- (3.5 Std.) und Abbau (2.5 Std.) zur Verfügung stehen. Der Pumptrack besteht aus 46 Modulen (robuste Holzkonstruktion mit rutschfester, glasfaserverstärkter Lauffläche) mit einem Gesamtgewicht von 3.5 Tonnen. Er wird mit einem Lastwagen angeliefert.



# Ein Pumptrack in Ihrer Gemeinde? Klar geht das!

Wenn der mobile Pumptrack nach drei Wochen weiterzieht, ist die Enttäuschung jeweils gross. Das lebhaftere Interesse hat daher schon verschiedene Gemeinden im Kanton dazu motiviert, feste Anlagen zu installieren. Folgende Ausführungen bieten sich dazu an:

## 1. Mobile Pumptracks

Das für die Pumptrack-Tour im Einsatz stehende Modell lässt sich auch als feste Installation verwenden (und im Winter allenfalls in einem Winterquartier versorgen). Kosten: rund 50 000 Franken.

## 2. Pumptracks aus Erdmaterial

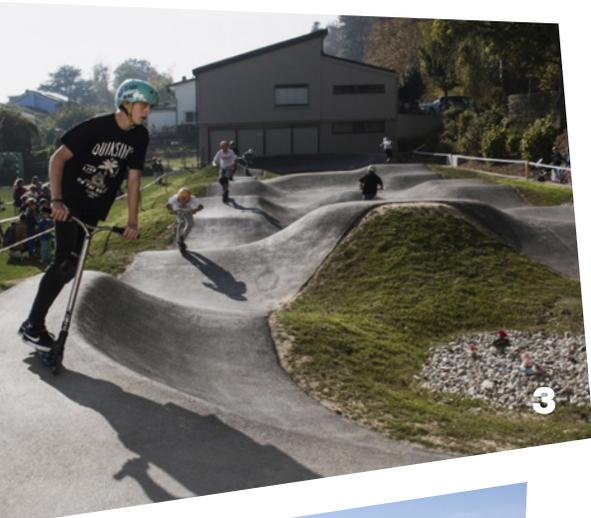
Hügel und Täler werden aus Erdreich geformt und mit Geräten festgepresst. Solche Anlagen sind im Unterhalt aufwändig und in der Regel nach ein bis zwei Saisons verbraucht. Für Kick- und Skateboards sowie Inline-Skates sind sie nicht nutzbar. Kosten: 40 000 Franken.

## 3. Pumptracks mit befestigtem Belag

(Asphalt oder Mischmaterial auf Zementbasis) sind weniger aufwändig im Unterhalt. Der Belag eignet sich zudem auch für Kickboard- und Skateboardfahrer. Die Kosten liegen bei 80 000 bis 250 000 Franken.

4. Bei einem «**Pumppark**» wird nicht nur die Piste, sondern gleich eine ganze Hügellandschaft asphaltiert. Hier steht nicht mehr nur eine feste Strecke zum Befahren zur Verfügung – die Kurse können freier gestaltet werden. Kosten: 120 000 bis 250 000 Franken.

Pumptracks sind Orte der Begegnung und können auch als Quartier-treff oder für die Jugendarbeit genutzt werden. Entsprechend lässt ein Pumptrack sich gut mit Sitzgelegenheiten oder einer Grill-stelle im direkten Umfeld erweitern. Auch ein Kiosk oder ein Bistro, bei welchem BMX-Velos, Kick- oder Skateboards gemietet werden können, kann das Angebot sinnvoll ergänzen.





In der Schweiz haben sich in den letzten Jahren zwei Anbieter auf den Bau von Pumptrack-Anlagen spezialisiert:

[flyingmetal.ch](http://flyingmetal.ch)  
[velosolutions.com](http://velosolutions.com)

## Probefahrt gefällig?

In diesen Gemeinden und Städten im Kanton Zürich stehen bereits Pumptracks oder -parks, die besichtigt und natürlich auch befahren werden können:

- **Birmensdorf** Pumptrack Birmensdorf
- **Gattikon** mobiler Pumptrack
- **Opfikon** Rollpark Opfikon
- **Uster** Pumptrack Zeughausareal
- **Winterthur** Pumptrack Reitplatz
- **Zürich** Bikepark Allmend
- **Zürich** Pumptrack Zürichberg

**Das Sportamt des Kantons Zürich unterstützt sowohl den Bau fest installierter wie auch die Anschaffung mobiler Pumptracks finanziell. Bei Interesse setzen Sie sich bitte mit Lukas Riedener in Verbindung:**

Sportamt Kanton Zürich  
Neumühlequai 9 | 8090 Zürich  
043 259 52 82 | [lukas.riedener@sport.zh.ch](mailto:lukas.riedener@sport.zh.ch)

Ein Projekt von



 Kanton Zürich  
Sportamt



Kanton Zürich  
Koordinationsstelle Veloverkehr

 [velo.zh.ch](http://velo.zh.ch)

