

# **Tourenbewertungsschlüssel**

Schwierigkeits- und Konditionsbewertung wurden in Auszügen vom DAV München & Oberland und vom ADFC übernommen.

Alle Bewertungen in den Tourenprogrammen sind subjektiv, aber nach bestem Wissen des jeweiligen Tourenleiters abgewogen.

Die Bewertungen gelten nur für normale Wetter- und Bodenverhältnisse. Wird die Tour bei schlechtem Wetter, bei nassen oder schneebedeckten oder sogar vereisten Wegen durchgeführt, ist die Tourenart um mindestens 1 Stufe zu erhöhen.

**Kein Teilnehmer einer Tour sollte bei der Wahl einer Tour an die Grenze seiner Leistungsfähigkeit gehen!**

## **Rad-Touren**

Bei allen Unternehmungen mit dem Rad besteht Helmpflicht!

### **Leicht**

Tour mit wenigen, kurzen Anstrengungen; gute aber teils unbefestigte Wege; moderates Tempo; max. ca. 25 - 40 km; ca. 3,5 Std. im Sattel.

### **Mittel**

Tour mit einigen Steigungen / Schiebestrecken; einigen anstrengenden Passagen; in abwechslungsreichem, überwiegend unbefestigtem Naturgelände; ca. 40 - 80 km; zügiges Tempo; max. 5,5 Std. im Sattel; Kondition und Ausdauer erforderlich.

### **Schwer**

Tour mit vielen Steigungen; vielen anstrengenden Passagen; überwiegend, unbefestigte, anspruchsvolle, geschotterte, "rustikale" Strecke; ca. 80 - 125 km; sportliches Tempo; max. 7 Std. im Sattel; gute Kondition, Ausdauer und viel Fahrpraxis erforderlich.