

Einteilung der Schwierigkeitsgrade

Die Einteilung nach den Schwierigkeitsgraden ist nicht einfach, da jeder entsprechend seiner Kondition dies anders empfindet. Um jedoch eine Richtschnur zu geben, werden die Radtouren bei uns wie folgt farblich in der Kopfzeile gekennzeichnet.

Feierabend-Touren (FAT) – Halbtags -Touren (HTT)

Grün	leicht	ca. 10 – 13 km/h Streckenlänge ca. 25 – 40 km
Blau	mittel	ca. 13 – 20 km/h Streckenlänge ca. 30 – 50 km
Rot	schwer	ca. 18 – 25 km/h Streckenlänge ca. 50 – 70 km

Ganztages-Touren (GTT)

Grün	leicht	Streckenlänge ca. 40 – 60 km einige Steigungen ca. 2 – 6%
Blau	mittel	Streckenlänge ca. 70 – 90 km einige Steigungen über 6 %
Rot	schwer	Streckenlänge ca. 90 – 120 km einige Steigungen über 6%

Geschwindigkeiten: **GTT** ca. 14 – 18 km/h, **RENN** ca. 25 – 30 km/h

Mountainbike-Touren (MTB) – Cross-Touren (CROSS)

Grün	leicht	Streckenlänge ca. 15 – 30 km etwas Kondition
Blau	mittel	Streckenlänge ca. 25 – 45 km gute Kondition
Rot	schwer	Streckenlänge ca. 45 – 60 km sehr gute Kondition

Geschwindigkeiten: **MTB** ca. 9 – 12 km/h, **CROSS** ca. 18 – 25 km/h

Bei mehrfarbiger Darstellung der Touren, liegt der Schwierigkeitsgrad zwischen den angegebenen Farben (Beispiele: Grün ins Blaue verlaufend: *leicht-mittel* oder Blau ins Rote verlaufend: *mittel-schwer*).

Weiterführende Informationen rund ums Mitfahren bei den geführten Touren des ADFC sind im Internet zu finden unter:

Tourenprogramm: Fahrradtouren von A – Z

Radfahren in der Gruppe: *Radfahren in der Gruppe für normal Radelnde und gemäßigte Pedelec Fahrende* und Handzeichen in der Radgruppe

Datei: Einteilung der Schwierigkeitsgrade-Stand April 2022

Aufgestellt: Bernd Köppe ADFC Koordinator KL e. V.

Email: bernd-koeppe@t-online.de **Mobil:** 0160 1 46 92 97

Stand: April 2022

Seite 1 von 1