

Kondition



Bergtour

Gehzeit bis ca. 5 Std.
Aufstieg bis ca. 800 Hm

Klettersteig

Gehzeit bis ca. 5 Std.
Aufstieg bis ca. 800 Hm

Ski-/Schneeschuhtour

Aufstieg bis ca. 2,5 Std.
Aufstieg bis ca. 800 Hm

Mountainbike

Fahrzeit bis ca. 4 Std.
bis 1000 Hm, ca. 30 Km



Gehzeit bis ca. 8 Std.
Aufstieg bis ca. 1200 Hm

Gehzeit bis ca. 8 Std.
Aufstieg bis ca. 1200 Hm

Aufstieg bis ca. 4 Std.
Aufstieg bis ca. 1200 Hm

Fahrzeit bis ca. 6 Std.
bis 1500 Hm, ca. 50 Km



Gehzeit über 8 Std.
Aufstieg über 1200 Hm

Gehzeit über 8 Std.
Aufstieg über 1200 Hm

Aufstieg über 4 Std.
Aufstieg über 1200 Hm

Fahrzeit über 6 Std.
über 1500 Hm, über 50 Km

Technik



Für Anfänger

K1 – K2, wenig bis mäßig schwierig
Trittsicher- und Schwindelfreiheit

Aufsteigen/Fellen erforderlich
Sicheres Abfahren im Tiefschnee

Überwiegend breite Wege



Trittsicher- u. Schwindelfreiheit

K3 – K4, zusätzl. Armkraft und
und Fitness, steile Passagen

sehr sicher im Aufstieg und Abfahrt
gute Spitzkehrentechnik

zusätzlich leichte Singletrails



zusätzlich sicheres Bewegen
in Felspassagen

K5 - K6, Kletterkönnen nötig,

Steigeisen,- Pickelkenntnisse

zusätzlich schwere Singletrails

Achtung: Diese Bewertung soll Ihnen einen kurzen Überblick über unsere Touren geben, gerne können Sie sich noch mit unseren Tourenleitern in Verbindung setzen um genauere Informationen über Kondition oder Schwierigkeit einer Tour zu bekommen.