

# SCHWIERIGKEITSBEWERTUNG FÜR TOURENPROGRAMME SOMMER UND WINTER

KONDITION	 1 bergstiefel	 2 bergstiefel	 3 bergstiefel	 4 bergstiefel	 5 bergstiefel
<b>bis 3000m Meereshöhe</b>	bis 400 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 3 Stunden	bis 800 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 6 Stunden	bis 1.200 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 9 Stunden	bis 1.600 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 12 Stunden	über 1.600 Höhenmeter oder Gehzeiten über 12 Stunden
<b>ab 3000m Meereshöhe</b>	bis 300 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 3 Stunden	bis 600 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 6 Stunden	bis 900 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 9 Stunden	bis 1.200 Höhenmeter oder Gehzeiten bis 12 Stunden	über 1.200 Höhenmeter oder Gehzeiten über 12 Stunden
<b>Mountainbike</b>	bis 800 Höhenmeter oder 40 Kilometer Fahrstrecke	bis 1.200 Höhenmeter oder 60 Kilometer Fahrstrecke	bis 1.600 Höhenmeter oder 80 Kilometer Fahrstrecke	bis 2.000 Höhenmeter oder 100 Kilometer Fahrstrecke	über 2.000 Höhenmeter oder über 100 Kilometer Fahrstrecke