

Kondition Wander- und Bergwandertouren:

Die Angaben zur benötigten Kondition sind nicht objektivierbar und deshalb nur als zusätzliche Information zu den Angaben der Höhenmeter, Streckenlänge (Seillängen) und Laufzeit (Kletterzeit) zu verstehen.

Kondition

Die entscheidenden Anforderungen an die Kondition ergeben sich aus der Zeitdauer und Höhenlage der Etappen oder Touren, wie in unten stehender Tabelle dargestellt. Größere, vom Durchschnitt abweichende Höhenunterschiede werden in der Bewertung zusätzlich berücksichtigt.



bis 6 Stunden* in Höhenlagen:

< 2.000** m

< 3.000 m**

> 4.000 m**

bis 8 Stunden* in Höhenlagen:

< 2.000 m**

< 3.000 m**

> 4.000 m**

bis 10 Stunden* in Höhenlagen:

< 2.000 m**

< 3.000 m**

> 4.000 m**

* Durchschnittliche **tägliche Gehzeiten** (bei Bike-Reisen Fahrzeiten)

** **Überwiegende Höhenlage** der Etappen in Meter über Meereshöhe