

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.

Rennrad-Touren

sind nur mit einem Rennrad zu bewältigen und es besteht Helmpflicht! Die Mitnahme von Batterie-Beleuchtung, Ersatzschlauch, Regenjacke und ausreichend Proviant wird empfohlen. Ein genaues Abschätzen der konditionellen Anforderung ergibt sich aus den Angaben zur Länge der Strecke und zu den Höhenmetern.

- Leicht
- Mittel
- Schwer

Mountainbike-Touren

sind nur mit einem Mountainbike zu bewältigen. Helm, Brille, Handschuhe sind Pflicht. Die Mitnahme von Ersatzschlauch, Pumpe, wetterfester Bekleidung und ausreichend Proviant wird

empfohlen.

- Leicht. Schotterwege; kleine asphaltierte Nebenstrecken; einfache kurze Pfade; Anstiege nicht zu steil; technisch leicht; Downhills locker zu fahren.
- Mittel. Gutes Beherrschen des Bikes ist unverzichtbar; längere Abschnitte auf Schotter- und unbefestigten Wegen mit kleinen Stufen und Wurzeln; wenig schwierige Passagen; kurze Schiebe- und Tragestrecken möglich; Downhills teils auf Singletrails.
- Schwer. Gutes Beherrschen des Bikes in schwierigen Passagen ist unverzichtbar; Uphills und Downhills sind technisch anspruchsvoll; schwierige Schotterpassagen oder Singletrails; längere Schiebe- und Tragestrecken; Kraft für steile Bergaufstrecken; Souveränität für technisch schwierige Passagen.

Bergwandern / Bergtouren

Blau Leicht Rot Mittel Schwarz Schwer



Blaue Weg-Punkt Technische Anforderungen

- einfache, breite oder schmale Wege, die zwar steil auf- oder abwärtsführen können, aber in der Regel keine absturzgefährlichen Passagen enthalten

Voraussetzungen (nötige Fähigkeiten)

- Gehen auf markierten Wegen und Steigen im Gebirge

Beispiele Jochberg Setzberg Rabenkopf

Rote Weg-Punkt Technische Anforderungen überwiegend schmale Wege, oft steil und mit absturzgefährlichen Passagen kurze weglose Abschnitte, kurze drahtseilgesicherte Passagen und kurze einfache Kletterstellen können vorkommen. der Einsatz der Hände kann zur Unterstützung des Gleichgewichts erforderlich sein Voraussetzungen (nötige Fähigkeiten) sicheres Gehen auf markierten Wegen und Steigen sowie auf schmalen Trittpfaden und in weglosem Gelände im Gebirge. sicheres seilfreies Steigen und Klettern in kurzen Felspassagen bis Schwierigkeitsgrad I nach UIAA (Einfachste Form der Felsklettern) Trittsicherheit und Schwindelfreiheit Beispiele Sonnjoch Kramer Gufferthütte Schildenstein

Schwarzer Punkt Technische Anforderungen schmale, steil angelegte Wege, oft mit Absturzgefahr Es kommen gehäuft versicherte Gehpassagen und/oder einfache Kletterstellen vor, die den Gebrauch der Hände erfordern. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind unbedingt erforderlich Voraussetzungen (nötige Fähigkeiten) sicheres Gehen auf markierten Wegen und Steigen sowie auf schmalen Trittpfaden und in weglosem Gelände im Gebirge sicheres seilfreies Steigen und Klettern in kurzen felsigen Passagen bis Schwierigkeitsgrad II nach UIAA (Klettern, welche die Drei-Punkt-Haltung erforderlich macht. Es werden jeweils drei Gliedmaßen an Haltepunkten fixiert) Trittsicherheit und Schwindelfreiheit Bergerfahrung Beispiele Guffert Wettersteinspitze Speckkarspitze Hochkalter

Konditionsbewertung für Bergwanderungen und Bergtouren Leicht. Bis 800 Hm, bis 5 Std. Gesamtgehzeit Allgemeine Sportlichkeit und Ausdauer für 2- bis 3-stündige Aufstiege mit bis zu 800 Hm sowie damit verbundene Abstiege Mittel. 800 bis 1200 Hm, bis 7 Std. Gesamtgehzeit Ausdauer für 4- bis 5-stündige Aufstiege mit 800 bis 1200 Hm sowie damit verbundene lange Abstiege Schwer. 1200 bis 1600 Hm, bis 10 Std. Gesamtgehzeit Ausdauer für 5- bis 7-stündige

Aufstiege mit 1200 bis 1600 Hm sowie damit verbundene sehr lange Abstiege

Hochtouren im hochalpinen Gelände über 3000m erfordern Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Beherrschen der Kletter- und Steigeisentechniken im kombinierten Gelände Leicht. Anstiege, die Seilsicherung erfordern können (Gletscher, Fels); Schwierigkeiten I (UIAA), mitunter II. Firn Eishänge können bis zu 30° Neigung aufweisen. Mittel. Im Fels Stellen mitunter bis III, im Firn / Eis durchaus längere Passagen bis zu 40° Neigung. Eigenständiges Beherrschen der Sicherungstechniken in Fels und Eis. Schwer. Kletterkönnen im Fels und Eis (III. Grad und mehr). Begehen von sehr spaltenreichen Gletschern und Eisbrüchen, Eispassagen über 45°. Längere exponierte Passagen. Eigenständiges Beherrschen der Sicherungstechniken in Fels und Eis.

Skilanglauf Leicht. In relativ flachem Gelände bis zu 30 km. Beispiel: Graswangtal Mittel. Mit Aufstiegen und Abfahrten und / oder längeren Strecken > 30 km. Beispiel: Jachenau Schneeschuhtouren bei allen Touren ist die Handhabung eines LVS-Gerätes, Lawinenschaufel und Sonde sowie der sichere Umgang damit Voraussetzung! Leicht. Mit bis zu 700 Hm im Aufstieg, mäßigen Steigungen, AZ bis 3 Std. Beispiele: Hohe Bleick und Fockenstein Mittel. Mit mehr als 700 Hm im Aufstieg und steileren Passagen - AZ bis 4 Std., gute Kondition erforderlich Beispiele: Sonnjoch, Schildenstein

Skitouren bei allen Touren ist die Mitnahme eines LVS-Gerätes, Lawinenschaufel und Sonde sowie der vertraute und sichere Umgang damit Voraussetzung! Leicht. Geneigtes oder mittelsteiles Gelände bis ca. 30°, unschwierige Steilstufen. Voralpines Gelände mit Walddurchquerungen. Sicheres Aufsteigen mit Fellen, zügiges Abfahren im Tiefschnee in allen Schneearten. Für Anfänger geeignet. Mittel. Längere Steilpassagen über 30°. Gut befahrbare Steilstufen, vereinzelt Engstellen. Sichere Skitechnik im Auf- und Abstieg, auch bei Steilpassagen und widrigen Schneeverhältnissen. Gute und sichere Spitzkehren-Technik. Gute Abfahr-Technik im Tiefschnee in allen Schneearten. Schwer. Steilpassagen bis ca. 45°. Raus Gelände mit Felsstufen. Exponierte Hänge oder Querungen, lange anstrengende Touren oder hochalpines Gelände. Absolutes und sicheres beherrschen der Skitechnik im Auf- und Abstieg, der Spitzkehren in extremen Steilpassagen und der Abfahrt im Tiefschnee in allen Schneearten und Hanglagen.

Bei Skihochtouren in kombiniertem Gelände gilt zusätzlich der Bewertungsschlüssel für Hochtouren!!

Skihochtouren, hochalpines Gelände über 3000m Bei allen Touren ist die Mitnahme eines LVS-Gerätes, Lawinenschaufel und Sonde sowie der vertraute und sichere Umgang damit Voraussetzung! Voraussetzung sind das Beherrschen vom guter und sicherer Skitechnik im Auf- und Abstieg, bei Steilpassagen und widrigen Schneeverhältnissen. Sowie die gute und sichere Ausführung der Spitzkehrentechnik. Leicht. Steilpassagen bis ca. 35°. Raus Gelände mit Felsstufen. Exponierte Hänge oder Querungen. Mittel. Steilpassagen bis ca. 40°. Raus Gelände mit Felsstufen. Exponierte Hänge oder Querungen, lange anstrengende Touren. Für gute und sichere Skifahrer; sichere Handhabung von Pickel, Steigeisen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Für Gipfelaufstieg sicheres Klettern bis zum II. Grad. Schwer. Steilpassagen bis ca. 45°. Raus Gelände mit Felsstufen. Exponierte Hänge oder Querungen, lange anstrengende Touren. Für gute und sichere Skifahrer; sichere Handhabung von Pickel, Steigeisen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit in Fels und Eis. Für Gipfelaufstieg sicheres Klettern bis zum III. Grad.

Außerdem kann bereits bei leichten oder mittelschweren Skihochtouren Gletscherausrüstung und der sichere Umgang damit erforderlich sein.

Klettersteig, nur mit Y-Klettersteigset, Helm und ggf. Handschuhe Sehr leicht. Natürliche Felsbänder oder künstliche Weganlagen, stellenweise steiles Felsgelände. Sicherungen werden kaum benötigt. Schwindelfreiheit jedoch erforderlich. Beispiel: Ettaler Mandl (Ammergauer)
Leicht. Mäßig steiles Felsgelände. Sicherungen, Stahlseile, Klammern, Trittstifte dienen zur Fortbewegung. Beispiel: Mittenwalder Klettersteig Mittel. Steiles Felsgelände. Überwiegend Stahlseile, Trittstifte, Leitern. Gewisses Maß an Armkraft erforderlich. Beispiel: Alpspitze (Wetterstein)
Schwer. Sehr steiles Felsgelände, streckenweise senkrechte Wandpartien. Nur durch Stahlseile oder künstliche Tritthilfen gesichert. Sehr exponierte Stellen. Steige erfordern viel Armkraft. Beispiel: Pößeneckersteig (Sella)