

<b>Konditions- grade</b>	<b>Gesamthöhenmeter</b>	<b>Steilheit</b>	<b>Länge der steilen Stellen</b>	<b>Länge der Tour</b>	<b>Fazit</b>
<b>K0</b>	bis 400 Höhenmeter	leichte Anstiege bei festem Untergrund <10%	kurz	bis 20 km	keine besondere Kondition erforderlich
<b>K1</b>	bis 1000 Höhenmeter	leichte bis mäßige Anstiege bei festem und leicht losem Untergrund <15%	neben kurzen steilen Stellen auch längere mäßig steile Passagen	bis 35 km	passable Grundkondition notwendig
<b>K2</b>	bis 1500 Höhenmeter	mäßige bis steile Anstiege auch bei lockerem Untergrund <20%	längere anhaltende steile Passagen sind möglich	bis 50 km	gute Grundkondition notwendig
<b>K3</b>	bis 2000 Höhenmeter	mäßige bis steile Anstiege auch bei lockerem oder schwierigem Untergrund, kurze sehr steile Stellen <25%	längere anhaltende steile Passagen sind möglich	bis 60 km	sehr gute Grundkondition notwendig
<b>K4</b>	bis 3000 Höhenmeter	steile Anstiege auch bei lockerem Untergrund, viele kurze steile und sehr steile Stellen, einzelne extrem steile Abschnitte >25%	lang anhaltende steile Passagen sind möglich	bis 90 km	spezielle konditionelle Voraussetzungen nötig
<b>K5</b>	> 3000 Höhenmeter	steile Anstiege auch bei lockerem Untergrund, viele kurze steile und sehr steile Stellen, einzelne extrem steile Abschnitte >25%	lang anhaltende steile Anstiege auch bei schwierigem Untergrund, viele kurze steile Stellen, einzelne extrem steile Abschnitte	> 90 km	nur für sehr gut trainierte Radsportler möglich

## Gefahrenskala

<b>G0</b>	Auf Grund des Geländes und der Wegbeschaffenheit ergibt sich bei Stürzen nur ein geringes Verletzungsrisiko
<b>G1</b>	Auf Grund des Geländes und der Wegbeschaffenheit ( Felsen, Felsbrocken, Baumstümpfe, Bachbette ) sind bei einem Sturz Verletzungen möglich
<b>G2</b>	Fahrfehler bedeuten Stürze mit Verletzungsfolgen. Ein kontrolliertes Anhalten zu Beginn der Fahrsituation, evtl. auch in der Fahrsituation ist möglich.
<b>G3</b>	Fahrfehler bedeuten Stürze mit hoher Verletzungsgefahr, auch größere Fallhöhen sind möglich. Ein kontrolliertes Anhalten zu Beginn der Fahrsituation ist möglich, in der Fahrsituation allerdings dann sehr schwierig
<b>G4</b>	Fahrfehler bedeuten Abstürze über Abbrüche oder extrem steile Hänge. Ein kontrolliertes Anhalten zu Beginn der Fahrsituation ist sehr schwierig, in der Fahrsituation ist dies nahezu nicht mehr möglich. Es besteht die Gefahr von schwersten Verletzungen, bis hin zu möglicher Lebensgefahr.
<b>G5</b>	Kleinste Fahrfehler bedeuten Abstürze über senkrechte Abbrüche oder extrem steile Hänge. Ein kontrolliertes Anhalten zu Beginn und in der Fahrsituation ist nahezu nicht möglich. Absolute Lebensgefahr!

## Fahrtechnische Schwierigkeit

Schwierigkeitsgrade	Wegbeschaffenheit	Hindernisse	Steigung/Gefälle	Kurven	Fazit
<b>S0</b>	fester und griffiger Untergrund	Keine	bis ca.10% bergauf / bis ca.20% bergab	weit	kein besonderes fahrtechnisches Können notwendig
<b>S1</b>	loserer Untergrund möglich, kleine Wurzeln und Steine	kleine Hindernisse, Wasserrinnen, Erosionsschäden	bis ca.15% bergauf / bis ca.30% bergab	eng	fahrtechnische Grundkenntnisse erforderlich, Hindernisse können überrollt werden
<b>S2</b>	Untergrund meist nicht verfestigt, größere Wurzeln und Steine	flache Absätze und Treppen	bis ca.20% bergauf / bis ca.60% bergab	leichte Spitzkehren	fortgeschrittene Fahrtechnik nötig
<b>S3</b>	verblockt, viele große Wurzeln/Felsen, rutschiger Untergrund, loses Geröll	hohe Absätze	bis ca.30% bergauf / einzelne Stellen bis 70% bergab	enge Spitzkehren	sehr gute Bike-Beherrschung nötig
<b>S4</b>	sehr verblockt, viele große Wurzeln/Felsen, rutschiger Untergrund, loses Geröll	Steilrampen, kaum fahrbare Absätze	z.T. >30%bergauf/mehrere Stellen >70% bergab	ösenartige Spitzkehren	perfekte Bike-Beherrschung mit Trail-Techniken nötig, wie das Versetzen des Hinterrades in Spitzkehren
<b>S5</b>	Sehr verblockt mit Gegenanstiegen, rutschiger Untergrund, loses Geröll-der Weg hat deutlich erkennbar den Charakter eines Bergpfades	Steilrampen, kaum fahrbare Absätze in Kombination	z.T. >30%bergauf/häufig >70% bergab	ösenartige Spitzkehren mit Hindernissen	Exzellente Beherrschung spezieller Trial-Techniken nötig, das Versetzen des Vorder- und Hinterrades ist nur eingeschränkt möglich