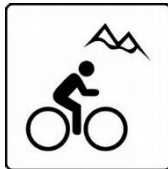




Schwarzwaldverein Ortsgruppe Laufenburg e.V.



Bike - Gruppe



Allgemeine Informationen

- Ziel:** Sportliche Betätigung in einer Gruppe für Erwachsene, Jugendliche und Familien mit Kindern (Familientouren) mit dem Fahrrad in der Natur. Kinder sollten über ausreichende Sicherheit auf dem Fahrrad und Kondition verfügen. Wer sein Fahrrad liebt, darf es aber auch einmal schieben.
- Teilnehmer:** Mitglieder des SWV-Laufenburg und Gäste ab einem Alter von ca. 8-10 Jahren. Kinder in Begleitung Erwachsener/Eltern.
- Wegstrecken:** Radtouren auf Nebenstraßen, Fahrradwegen, Forststraßen und Wald-/Uferpfaden.
- Kriterien:** Radtouren von leicht bis anspruchsvoll mit Längen von ca. 25-70 km und Höhenunterschieden bis zu 600 hm. Teilweise auch kurze Pfade, die etwas Geschicklichkeit erfordern oder durch kurzzeitiges Schieben des Rades bewältigt werden können.
- Fahrzeiten:** Ca. 2-5 Stunden Netto-Fahrzeit. Ausreichend Pausen, abgestimmt auf Teilnehmer/Kondition und Wetterbedingungen.
- Geschwindigkeit:** Durchschnittsgeschwindigkeiten von ca. 12-15 km/h, abgestimmt auf Teilnehmer und Wegstrecken.
- Ausrüstung:**
- Tourenräder und Mountainbikes in verkehrstechnischem Zustand (Bremsen, Schaltung, Reifendruck > 2,5 bar usw.).
 - E-Bikes geduldet ! / Rennräder ungeeignet !
 - Laufradgrößen ab 20-Zoll aufwärts.
 - Beleuchtung nicht zwingend erforderlich.
 - Pannenset mit Ersatzschlauch (besser/schneller als Flickzeug).
 - Trinkflasche, kleiner Rucksack für Verpflegung (Müsli, Banane, Getränke) und zur Aufnahme von Bekleidung.
 - Radsporttaugliche Bekleidung, Schuhe mit fester Sohle, Radhandschuhe, Regenbekleidung.
 - **Fahradhelm ist Pflicht!**
- Versicherung:** Jeder Teilnehmer nimmt auf eigene Gefahr teil!
Der Schwarzwaldverein übernimmt keinerlei Haftung für die Teilnehmer!
- Startorte:** Zunächst ab Laufenburg. Bei Fahrradtransportmöglichkeiten mit PKW's oder Kleintransporter auch andere Startorte.