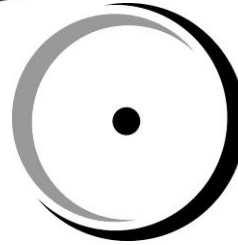


Radtouren -



Programm 2019/3



adfc Erfurt

Do. 18. Juli

18:00 Uhr

*Radhaus EF



Feierabendtour

Diese Feierabendtour ist offen. Die Tour führt vom Radhaus in der Bahnhofstraße Richtung Marbach, weiter nach Alach (kleiner Anstieg), Bindersleben, IKEA, Schmira zurück ins Borntal. Am Ende der Tour ist eine Einkehr geplant.

22 km

Profil ★

Kondition ★★

TL: Klaus

Alle Angaben sind ohne Gewähr. Bitte informieren Sie sich auch über Presse, Aushang am Infoladen oder im Internet unter: www.adfc-thueringen.de/termine/. Dort finden Sie immer ausführlichere Informationen, aktuelles zu den Touren und die Touren der anderen Gliederungen.

Grundsätzliches, wie Anmeldungen und Kosten, Erläuterungen zu den Tourarten und Schwierigkeitsgraden zu den Radtouren des ADFC Erfurt finden Sie unter: www.adfc-erfurt.de/radtouren.html

Ein besonderer Service bieten die **Erfurter Radtoureninfos** radtour-erfurt@web.de

Mit der Anmeldung erhalten Sie per Mail vorab Ankündigungen zu den Radtouren. Anmelden können Sie sich per Mail oder direkt unter: <http://www.adfc-erfurt.de/Service.html>. Es werden ausschließlich Radtouren, Einladungen zu besonderen Veranstaltungen oder Vorträgen vom ADFC und ihm bekannten Organisationen versendet.

s Rad zum Rollen bringen. Von Verkehrspolitik bis Radtour.

Unterstützen Sie uns
und werden Sie Mitglied!

Durch Ihre Mitgliedschaft unterstützen Sie u.a. unsere radverkehrspolitische Arbeit in Erfurt und Umgebung. Dies ist eine finanzielle und ideelle Unterstützung.

Denn unser Ziel ist es, dass Radfahren sicherer, alltäglicher und noch bequemer zu machen. Anmeldungen, Rückfragen beim



*Radhaus
Bahnhofstr. 22
99084 Erfurt
www.adfc-erfurt.de
☎ 0361-225 17 34
✉ radtour-erfurt@web.de

adfc
Allgemeiner Deutscher
Fahrrad-Club
Bitte einschicken an ADFC e. V.,
Postfach 10 77 47, 28077 Bremen,
oder per Fax an 0421346 29 50,
oder per E-Mail an mitglieder@adfc.de
auch auf www.adfc.de
Beitritt

Name, Vorname

Straße

PLZ, Ort

Geburtsjahr Beruf (freiwillig)

Telefon (freiwillig)

E-Mail (freiwillig)

Familien-/Haushaltsmitglieder:

Name, Vorname

Geburtsjahr

Name, Vorname

Geburtsjahr

Ich erteile dem ADFC hiermit ein SEPA-Lastschriftmandat bis auf Widerruf.

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE36ADF0000266847 | Mandats-Referenz: teilt Ihnen der ADFC separat mit
Ich ermächtige den ADFC, Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom ADFC auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Für die Vorabinformation über den Zahlungseinzug wird eine verkürzte Frist von mindestens fünf Kalendertagen vor Fälligkeit vereinbart. Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kontoinhaber

D E

IBAN

BIC

Datum, Ort, Unterschrift (für SEPA-Lastschriftmandat)

Schicken Sie mir bitte eine Rechnung.

Ja, ich trete dem ADFC bei. Als Mitglied erhalte ich kostenlos die Zeitschrift Radwelt und genieße viele weitere Vorteile, siehe www.adfc.de/mitgliedschaft.

Einzelmitglied ab 27 J. (56 €) 18-26 J. (33 €)

Familien-/Haushaltsmitgliedschaft ab 27 J. (68 €) 18-26 J. (33 €)

Jugendmitglied unter 18 J. (16 €)

Bei Minderjährigen setzen wir das Einverständnis der Erziehungsberechtigten mit der ADFC-Mitgliedschaft voraus.

Zusätzliche jährliche Spende:

€

Datum

Unterschrift

Die Tourarten

 Familienradtour	Ø km/h 13 – 16 Einfache Tour, ohne große Steigungen, viele Pausen, damit auch der Schwächste mitkommt. Streckenlänge von 15 – 50 km	 MTB Tour	Sehr gute Kondition, Geschicklichkeit und Ausdauer ist Voraussetzung. Streckenführung oft mit vielen Steigungen, auf nicht asphaltierten Wegen. Streckenlänge unterschiedlich
 gemütliche Radtour	Ø km/h 15 – 18 Leichte Tour, auch für weniger Geübte geeignet. Es wird ausreichend gerastet und auf alle gewartet. Streckenlänge von 15 – 65 km	 Mehrtagestour	Ø km/h 16 – 19 Ø km/h Gute Kondition und Ausdauer sind erforderlich. Übernachtung siehe Tourbeschreibung Streckenlänge von 60 – 100 km am Tag.
 normale Radtour	Ø km/h 16 – 19 Ø km/h Gute Kondition und Ausdauer sind erforderlich. Oft ist eine Besichtigung oder eine längere Rast geplant. Streckenlänge von 40 – 100 km	 Themenradtour	Ø km/h 15 – 19 Ø km/h Meist leichte Tour. Dabei steht der Gewinn neuer Erkenntnisse unter fachkundiger Anleitung im Vordergrund. Streckenlänge von 15 – 65 km
 sportliche Radtour	Ø km/h >= 25, Sehr gute Kondition ist Voraussetzung. Längere Strecken, oft mit Steigungen. Strecken geeignet für Rennräder. Streckenlänge von 70 – 130 km	 Feierabendtour	Ø km/h 15 – 19 Ø km/h Diese Touren finden unter der Woche statt. Sie beginnen in der Regel am späten Nachmittag (17- 18 Uhr) Streckenlänge von 15 bis 65 km

Schwierigkeitsgrad

★ leicht bis ★★★★★ hart

Differenzierung:

	★	★★	★★★	★★★★
Profil	flache Strecke, kaum Steigungen	wenige oder kleine Berge sind möglich	viele Anstiege und Abfahrten sind zu erwarten	anspruchsvolles Höhenprofil mit starken Steigungen
Kondition	wird nicht vorausgesetzt, viele kleine Pausen, alle kommen mit	ideal für Menschen mit einer normalen Kondition	eine gute Grundausdauer ist erforderlich	eine sehr gute Ausdauer wird vorausgesetzt
Fahrtechnik nur für MTB <small>(siehe www.singletrail-skala.de)</small>	(S0) Basis vorhanden. Tour geht über Wald- u. Wiesenwege auf Naturböden oder verfestigtem Schotter	(S1) kleinere Hindernisse (z.B. flache Wurzeln und kleine Steine) sind möglich	(S2) größeren Wurzeln und Steinen ist zu rechnen. Der Boden ist häufig nicht verfestigt	(S3) Verblockte Singletrails mit vielen größeren Hindernissen, Spitzkehren u. knifflige Schrägfahrten

Verpflegung



Bei diesem Zeichen hat der Tourenleiter eine Einkehr geplant. Wir empfehlen trotzdem eine Notration und Getränke mitzunehmen.

Anmeldung



Bei diesem Zeichen wünschen wir eine Anmeldung, damit wir die ungefähre Teilnehmerzahl im Vorfeld wissen. Dies meist für Führungen, Bahnfahrten oder für Touren.

Grundsätzliches

In diesem Jahr wird der ADFC Erfurt kein Jahresprogramm für die Radtouren herausgeben. Es wird jeweils ein Radtourenprogramm für zwei Monate erstellt. Dieses finden Sie dann auf der Homepage www.adfc-erfurt.de und ausgedruckt im Infoladen im *Radhaus, Bahnhofstraße 22.

Alle Radtouren werden umgehend auf Touren und Termine auf der Seite des Landesverbands, www.adfc-thuerigen.de eingestellt und wie gewohnt per Mail versandt und in der Presse veröffentlicht.

Wir hoffen auf Ihr Verständnis. **Gerne können Sie uns bei der Radtourenplanung und –durchführung unterstützen.**