

Ausdauer: Radfahren

Basketball | Fußball | Leichtathletik | Nordic Walking | Seniorensport | Uni-Hockey | Volleyball



- (1) Bahnart bzw. Streckenführung sind beliebig.
- (2) Die Strecke soll möglichst eben, also ohne Steigung/Gefälle (niveaugleich) und ohne Verkehrseinflüsse sein.
- (3) Es muss sichergestellt sein, dass Start und Ziel auf gleicher Höhe liegen.
- (4) Es kann jedes Fahrradmodell benutzt werden.
- (5) Auch bei ausgeschaltetem Elektroantrieb sind Elektrofahrräder (E-Bike, Pedelec) nicht zugelassen.
- (6) Die Leistungsanforderungen können nicht auf einem Fahrradergometer erbracht werden.
- (7) Der Teilnehmer fährt selbstständig und reicht im Nachgang einen Nachweis aus seiner Fitness-App ein.