



TrajectTours — leerzame buitenbeleving in streken en steden

De Champs-Elysees aflopen is voor sommigen een hele opgave, terwijl dat voor anderen nauwelijks zwaarder is dan een warming-up. Behalve de duur van de tocht, kunnen ook het reliëf in het terrein, de begaanbaarheid van de paden, de weersomstandigheden en de hoeveelheid bepakking waarmee je loopt of fietst, sterk verschillen.

Bij alle excursies en reizen geven we daarom duidelijk het zwaarteniveau aan. Het zegt iets over de vereiste conditie en het uithoudingsvermogen dat we van je vragen. Hieronder een overzicht van wat TrajectTours daarmee bedoelt.

Zwaarteniveau 1: basisconditie

Een wandeling van anderhalf uur is voor jou geen probleem en daarna fiets je ook zonder moeite weer naar huis.

Zwaarteniveau 2: goede conditie en redelijk uithoudingsvermogen

Lopen in mul zand, fietsen tegen een (flauwe) helling of met enige tegenwind gaat je redelijk makkelijk af. Je wandelt met gemak ruim 10 km (2,5 uur) of fietst 35 km (2,5 uur) zonder dat je je echt moe voelt.

Zwaarteniveau 3: goede conditie en voldoende uithoudingsvermogen

Je wandelt (30 km) of fietst (75 km) een hele dag zonder problemen in redelijk vlak terrein bij goede weersomstandigheden. Je hebt ervaring met dergelijke afstanden en kunt goed inschatten wanneer je moet pauzeren.

Zwaarteniveau 4: zeer goede conditie en goed uithoudingsvermogen

Je houdt ervan en bent het gewend om regelmatig een hele dag met bepakking te wandelen (20 km) of te fietsen (50 km) in licht glooiend terrein, ook bij wat minder goede weersomstandigheden.

Zwaarteniveau 5: uitstekende conditie en zeer goed uithoudingsvermogen

Je bent gewend om dagen achter elkaar met bepakking in moeilijk toegankelijk terrein te wandelen, ook bij slechte weersomstandigheden. Steile rotsen en ijle lucht vormen voor jou geen probleem. Je bent gewend om met eenvoudige middelen te kamperen.

Meer informatie?

Bel 023-5317756 of mail ons info@aardbalans.nl