

E-Velogruppe 60plus Hombrechtikon 2023



Am 3. Mittwoch jeden Monats ab März bis Oktober

Änderungen vorbehalten

Sportleiterin: Elisabeth Elmer (Erwachsenen Sport Schweiz) 055 244 20 21 elmer@bluewin.ch

Datum/Tour	Startzeit/ Treffpunkt	Ankunft/ Fahrzeit	Anforderung	Bemerkungen
22. März Halbtagestour Einfahren im Oberland	13.Uhr Reformierte Kirche	17.00 Uhr/ 2.30 h	Stufe 2 25 km/ 600 hm	leicht Anmeldung erwünscht
19. April Tagestour Pfäffikersee-Greifensee	09.00.Uhr Beim Bahnhofli	17.00 Uhr/ 4.00 h	Stufe 3 51 km/ 650 hm	Mittagessen im Restaurant Mit Anmeldung
24. Mai Tagestour Glattal-Rhein-Bachs	07.50 Uhr Beim Bahnhofli	17.30 Uhr/ 4.30 h	Stufe 3 52 km/ 390 hm	Mittagessen Hof in Bachs Mit Anmeldung S-Bahn bis Rümlang retour ab Steinmaur
21. Juni Tagestour Feusisberg- Lachen	08.30 Uhr Beim Bahnhofli	17.00 Uhr/ 5.00 h	Stufe 3+ 51 km/ 900 hm	Mittagessen Bilsten Mit Anmeldung
19. Juli Tagestour Wurmsbach-Goldingen	09.00 Uhr Beim Bahnhofli	16.00 Uhr/ 4.00 h	Stufe 3 41 km/ 740 hm	Mittagessen im Rössli Mit Anmeldung
16. August Tagestour Horgen-Pfäffikon	09.00 Uhr Beim Bahnhofli	17.00 Uhr/ 4.00 h	Stufe 3 50 km/ 520 hm	Mittagessen Mit Anmeldung Hinweg Meilen Fähre
20. September Tagestour Bäretswil-Ghöch	09.00 Uhr Beim Bahnhofli	17.00 Uhr/ 5.30 h	Stufe 4 55 km/ 880 hm	Mittagessen Mit Anmeldung
18. Oktober Tagestour Kollbrunn-Gyrenbad- Pfäffikon ZH	09.00 Uhr Beim Bahnhofli	17.00 Uhr/ 5.30 h	Stufe 4 59km/ 1000 hm	Mittagessen im Restaurant Mit Anmeldung S-Bahn nach Kollbrunn

Die Touren werden 4 Anforderungsstufen zugeordnet:

Stufe 1: mehrheitlich flach 150-300 hm = **Höhenmeter** / Stufe 3: kupert mit Steigungen 500-800 hm
 Stufe 2: leicht kupert 300-500 hm / Stufe 4: nur für gut Trainierte 800-1000 hm

**PRO
SENECTUTE**

Kanton Zürich


 erwachsensport schweiz
 sport des adultes suisse
 sport per gli adulti svizzera