

Conditie Winter vereiste

Level 1

Stijgingen tot 700 hoogtemeters met een maximale looptijd van 3 tot 4 uur per dag. De afdalingsmeters komen overeen met het aantal hoogte meters wat gestegen word of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving .

Level 2

Stijgingen tot 1100 hoogtemeters met een maximale looptijd van 3,5 tot 5 uur per dag. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappe beschrijving.

Level 3

Stijgingen tot 1400 hoogtemeters met een maximale looptijd van 4,5 tot 6 uur per dag. Je conditie is voldoende om dit meerdere dagen vol te houden. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving.

Level 4

Stijgingen vaak boven de 1400 hoogtemeters met een looptijd van meer dan 6 uur per dag. Je conditie is voldoende om dit meerdere dagen vol te houden. Afhankelijk van de tour bevind je je op hooggebergte. De afdalingsmeters komen overeen met de stijgingsmeters of zijn te vinden in de dag etappes beschrijving.

Winter ervaring/kunnen vereiste

Level 1

Voor beginners & genietters: Ervaring met toerskiën of freeriden is niet vereist. Je beheerst de parallelle skiën op de zwarte pistes in korte bochten. Deze tochten hebben stijgingen en afdalingen met een maximale steilheid van 30°. Klimtechnieken zoals spitzkehren en bochtenlopen worden geoefend.

Level 2

Voor gevorderden: Je hebt al ervaring met toerskiën en freeriden en kunt veilig skiën in off-piste terrein en op verschillende soorten sneeuw. De tochten hebben beklimmingen en afdalingen met overwegend een steilheid van 30°. De klim gebeurt meestal met een combinatie van bochtenlopen en spitzkehren.

Level 3

Voor sportievelingen & ervaren skiërs: Je hebt ruime ervaring met toerskiën en freeriden en beheerst een goede skitechniek in off-piste terrein en verschillende soorten sneeuw. Tijdens de afdaling kunnen steilere, smalle passages voorkomen. Voor de klim is veilige spitzkehren kunnen maken noodzakelijk. Het gebruik maken van harscheisen is voor jou geen probleem.

Level 4

Voor ambitieuze skiërs: Je hebt ervaring met toerskiën, ook in hooggebergte, en bent een uitstekende skiër, zelfs in uitdagend terrein en op alle soorten sneeuw. Stijgingen

en afdalingen met een steilheid van ongeveer 40° zijn voor jou geen probleem. Bij sommige afdalingen is vall vrij skiën een vereiste. Het gebruik van stijgieters en een ijsbijl kan soms nodig zijn. Bij uitglijden tijdens de klim of afdaling kunnen gevolgen hebben. Tijdens de afdaling kunnen steile, korte en smalle passages voorkomen.