

Technikniveaus radco					
Kürzel	Fahrradtyp	Beschreibung	Fahrradspezifikation	Ausrüstung: Pflicht	weitere Ausrüstungsempfehlung:
T/S	Trekkingrad, Stadtrad	Straßen mit festem Untergrund; Steigungen meist gemächlich; Kurven gemäßigt schnell gefahren; viel Stadtverkehr, Fußgängerkontakt - stop and go; Bordsteine oder Schienen als Hürden; viele Schilder, Ampeln, Verkehrsregeln; eventuell Gepäck oder Gepäcktaschen	beliebig, ebike oder bio	Helm	Handschuhe? Zur Übung mit Gepäck?
RR	Rennrad	schnelleres, sportliches Fahren auf Landstraßen; längere Steigungen und Abfahrten möglich; Kurventechnik erforderlich; Kontrolle bei höheren Geschwindigkeiten; Kraftausdauer, Spritzigkeit erforderlich	leicht, schnell, ebike oder bio, eher schmale Bereifung	Helm	Handschuhe, Klickpedale
S0	MTB, Gravel	Leichteste Offroad-Wege- und Singetrail-Art gekennzeichnet durch leichtes bis mäßiges Gefälle, mit meist noch rutschfestem Untergrund und weitläufigen Kurven; Bei angepasstem Tempo keine besonderen Ansprüche an die Fahrtechnik gegeben	MTB, Gravel oder Trecking	Helm, Handschuhe	Protektoren, Klickpedale, Ausrüstung, Gepäck nach indiv. Ausrichtung des Trainings
S1	MTB, Gravel	Hier kann man mit kleineren Hindernissen wie Wurzeln oder Steinen rechnen; teilweise nicht gefestigter Untergrund, die Kurven werden enger, aber ohne Spitzkehren; maximales Gefälle beträgt ca 40%	MTB: Hardtail oder Fully, eventuell: Gravel	Helm, Handschuhe	dito
S2	MTB	Der Schwierigkeitsgrad wächst und es sind größere Steine und Wurzeln zu erwarten; selten fester Boden unter den Rädern mit flachen Stufen oder Treppen, engere Kurven sind ebenfalls regelmäßig zu fahren, die Steilheit kann bis zu 70% betragen	MTB: Fully (evtl. noch Hardtail)	MTBHelm, Handschuhe	Rückenprotektoren (-Rucksack)
S3	MTB	In dieser Kategorie bewegt man sich bereits in verblocktem Gelände mit größeren Felsbrocken bzw. längeren Wurzelpassagen; Spitzkehren und Schrägfahrten kommen vor, häufig mit losem Untergrund; regelmäßige Gefälle von 70% vorhanden	MTB: Fully (all mountain)	MTB-Helm, Handschuhe, Rückenprotektoren (-Rucksack)	weitere Protektoren
S4	MTB	Es wird steil und richtig verblockt. Lange, anspruchsvolle Wurzelpassagen und große Felsbrocken müssen überwunden werden und loses Geröll ist an der Tagesordnung. Spitzkehren und Steilrampen stellen besondere Ansprüche an die Fahrtechnik und es gibt Stufen, bei denen das Kettenblatt aufkommt.	MTB: Fully (trail)	mind. s.o. (z.B. auch Fullface- oder Integralhelm)	
S5	MTB	Das obere Ende der Skala ist charakterisiert durch stark verblocktes Gelände, Gegenanstiege, losen Untergrund mit Geröll, enge Spitzkehren und hohe Hindernisse, wie umgefallene Bäume – natürlich inklusive starkem Gefälle. Dabei ist wenig Bremsweg gegeben und die MTB-Fahrtechnik wird auf eine harte Probe gestellt.	MTB: Fully (trail)	Hier nicht aufgeführt. Spezialausrüstung notwendig aufgrund eigener Erfahrungen.	