


BergFit Weg


WANDERTOUR

Teste deine Fitness für die Berge auf unserer 1 km Teststrecke vom Rathaus zum Adlerhügel.


Startpunkt
Rathaus

 **Distanz:**
1,4 Kilometer

 **Höchster Punkt:**
747 Meter

 **Höhenmeter:**
92 aufsteigend

Ort
Ruhpolding

 **Dauer:**
00:25 Stunden

 **Niedrigster Punkt:**
662 Meter

 **Höhenmeter:**
7 absteigend

Finde in drei einfachen Schritten heraus, wie gut deine Ausdauer beim Wandern ist – und welche Touren in der Region am besten zu deinem aktuellen Leistungsniveau passen.

Der Test wird im Gehen durchgeführt (kein Laufen!)

Es handelt sich um einen submaximalen Belastungstest – bitte keine maximale Ausbelastung anstreben.

Bitte teste dich nur, wenn du dich gesund fühlst.

Die Durchführung erfolgt auf eigene Verantwortung.

Anreise mit dem PKW

Es gibt diverse Parkplätze in unmittelbarer Nähe. Vom Bahnhof aus geht man ca. 5 Minuten zum Startpunkt

Öffentliche Anreise

Mit dem Zug von Traunstein nach Ruhpolding. Vom Bahnhof aus geht man ca. 5 Minuten zum Startpunkt

