

## Anforderungsprofile

- Die Schwierigkeitsgrade Ihrer Tour -

HIMAL Spezialreisen bieten Ihnen fantastische Himalaya-Erlebnisse an. Diese wurden von uns mit größter Sorgfalt und Know-how für Sie geplant. Die meisten der Biketouren wurden sogar von uns selbst entwickelt. Obwohl wir alle Touren bestens kennen werden z.T. auch Rückmeldungen von Ihnen mit berücksichtigt. So erreichen wir höchste Zufriedenheitswerte und können Ihnen eine genussvolle Tour mit vollem Erlebniswert bieten – die tiefen Erlebnisse prägen meist sehr, der Erholungsfaktor wirkt lange nach!

Um Ihren Urlaub zum Erfolg werden zu lassen benötigen wir aber auch Ihre Mithilfe. Eine sportliche Himalaya-Tour erfordert die Bereitschaft, Leistung zu erbringen und gewisse Entbehrungen zu akzeptieren. Auch sollte Respekt vor den einheimischen Menschen, der Natur und vor allem vor den alpinen Gefahren erbracht werden. Die Outdoor-Realität erweist sich doch oft anders als man es sich zuhause vorzustellen vermag.

Damit Sie die ideale Tour für sich finden und sich besser auf Ihre Reise vorbereiten können haben wir für Sie Anforderungsprofile für Kondition und Technik nach dem Fünf-Sterne-Prinzip erstellt:

### *Anforderung Kondition*

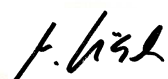
- ★ ★ ★ ★ ★ Sehr einfache körperliche Betätigung mit sehr kurzen Tagesstrecken, unterstützt durch ein Begleitfahrzeug, für jede körperliche Konstitution und für jedes Alter geeignet, Kulturreise
- ★ ★ ★ ★ ★ Einfache körperliche Betätigung mit kurzen Tagesetappen, für normale körperliche Konstitution und für so gut wie jedes Alter geeignet, leichte Genuss-Bike- und Trekkingreise für Einsteiger
- ★ ★ ★ ★ ★ Mittlere körperliche Betätigung mit mittellangen Tagesetappen, für gute körperliche Konstitution und für so gut wie jedes Alter geeignet, ambitionierte Bike- und Trekkingreise für „Normale“
- ★ ★ ★ ★ ★ Sportliche körperliche Betätigung mit langen Tagesetappen, für gut trainierte körperliche Konstitution, für Kinder und hohes Alter ungeeignet, sportliche Bike- und Trekkingreise
- ★ ★ ★ ★ ★ Sehr sportliche körperliche Betätigung mit langen Tagesetappen in schwierigem Gelände und in hoher Höhe, für sehr gut trainierte körperliche Konstitution, für Kinder und höheres Alter ungeeignet, sehr sportliche Bike- und Trekkingreise, mit Biss nach „oben“!

### *Anforderung Technik*

- ★ ★ ★ ★ ★ Komfortabler Kultur- und Genessurlaub ohne technische Anforderungen
- ★ ★ ★ ★ ★ Geringe fahrtechnische und alpine Schwierigkeiten, für Einsteiger und weniger Geübte
- ★ ★ ★ ★ ★ Mittlere fahrtechnische und alpine Anforderungen, für Geübte mit Bergerfahrung
- ★ ★ ★ ★ ★ Hohe fahrtechnische Anforderungen, Auf- und Abstiege in mittelschwerem Gelände, Trittsicherheit und alpine Erfahrung notwendig, z.T. Singletrails
- ★ ★ ★ ★ ★ Sehr hohe fahrtechnische Anforderungen, teilweise Tragepassagen, lange Auf- und Abstiege in mittlerem bis schwerem Gelände, Trittsicherheit und hochalpine Erfahrung unbedingt notwendig, z.T. Abschnitte auf Geröll, Schnee und über Gletscher

Bitte kontaktieren Sie uns wenn sie Fragen zu einer bestimmten Tour haben!

Wir wünschen eine wunderschöne und unvergessliche Himalaya-Reise... **NAMASTE!**



Michael Höschele  
HIMAL Spezialreisen

**HIMAL** Spezialreisen  
M. Hoeschele  
Rißegger Steige 53  
D-88400 Biberach  
G-P-O, Post-Box 4649  
Kathmandu, Nepal  
T. 07351 300936  
F. 07351 300935  
info@himal.de  
www.himal.de

**Bankverbindung**  
Kreissparkasse Biberach  
BLZ 654 500 70  
Konto-Nr. 7 073 528