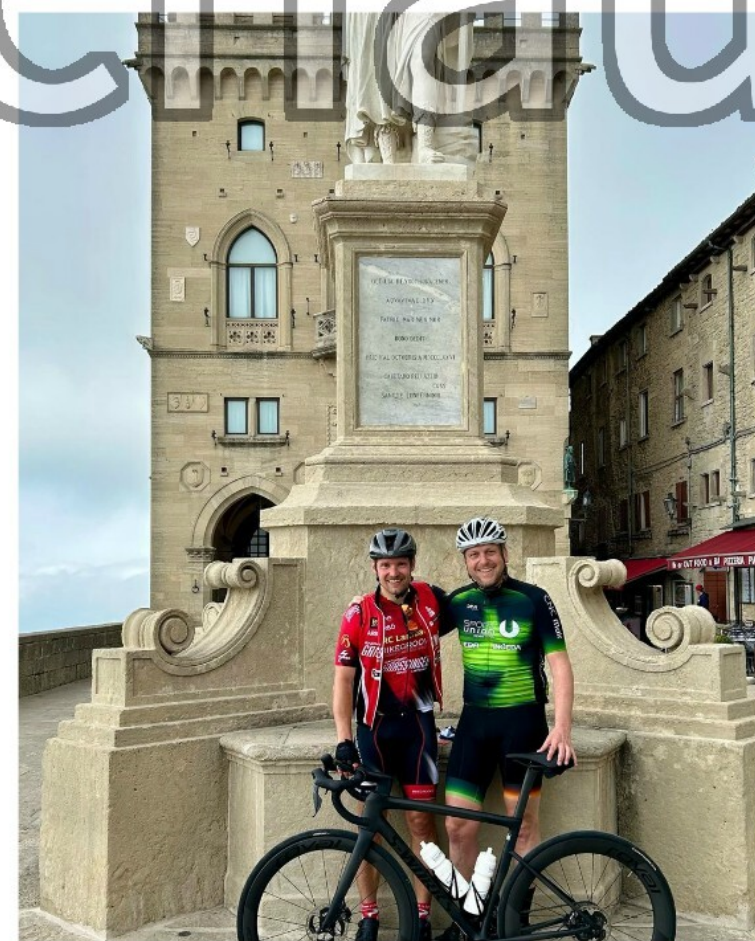
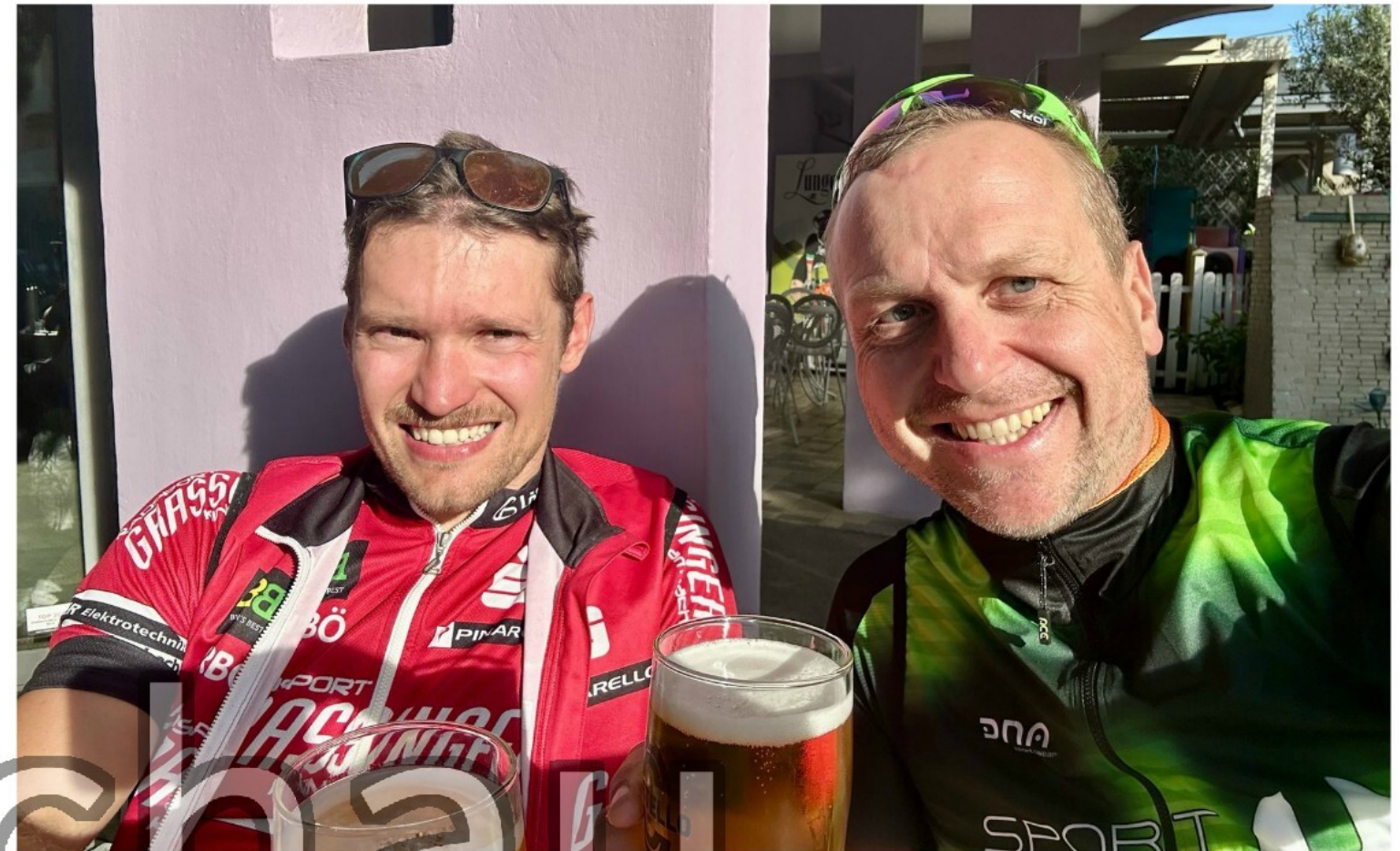
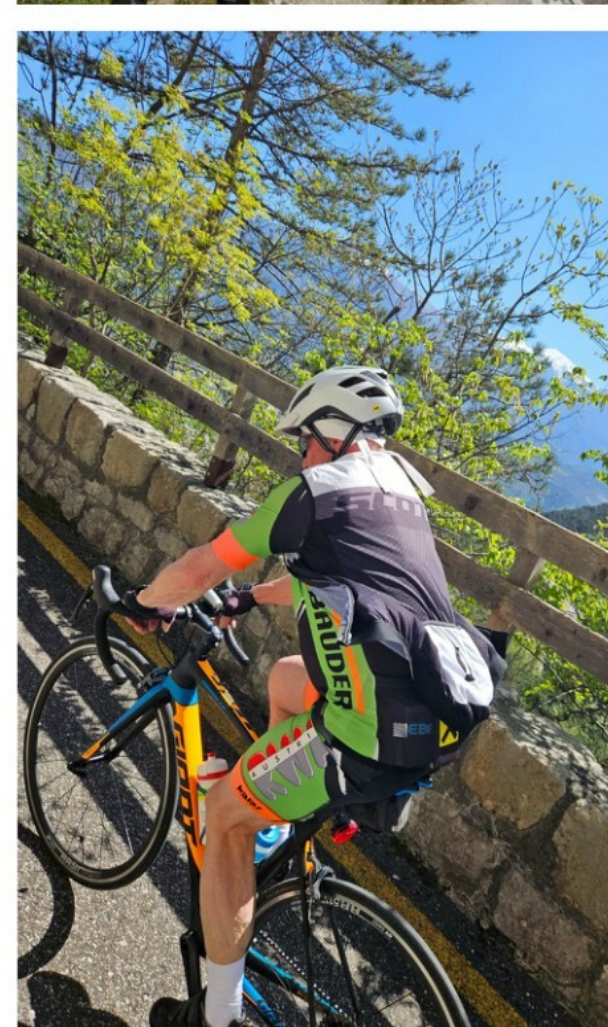
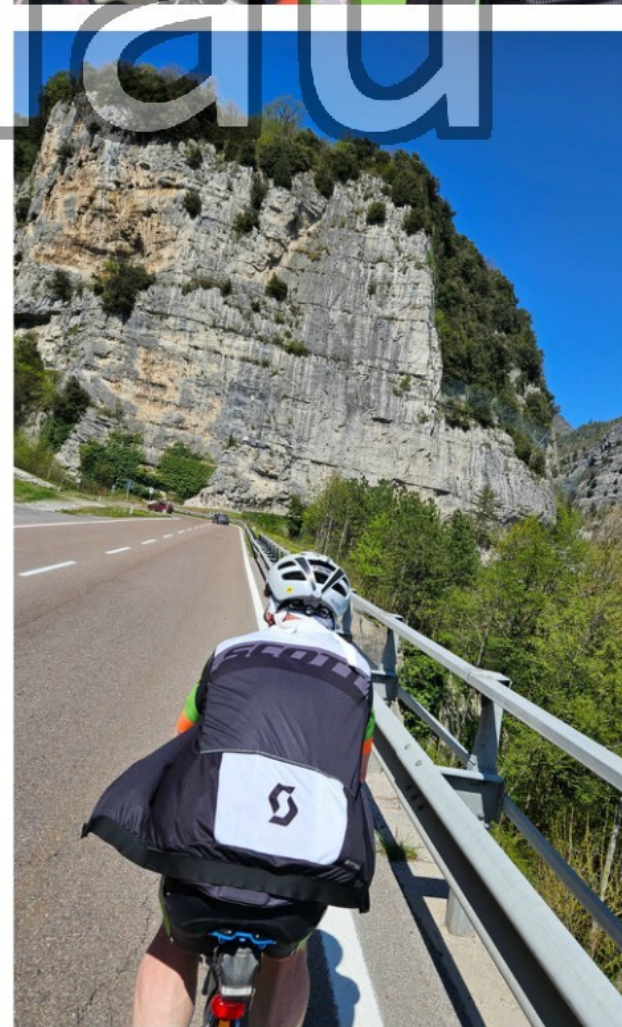
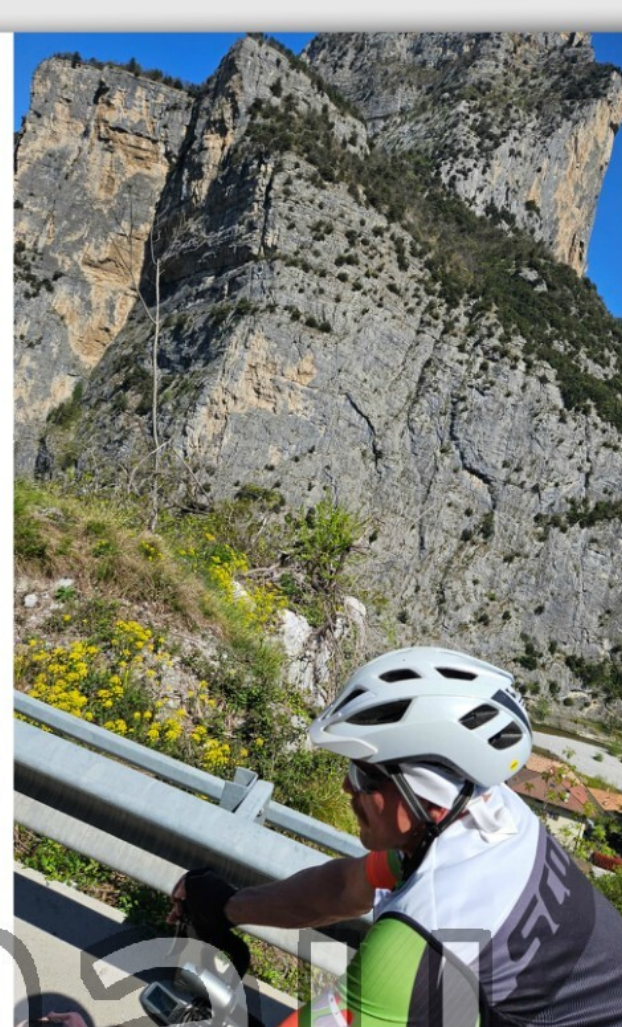


FRÜHJAHRSTRaining CESENATICO UND MALLORCA



FRÜHJAHRSTRaining AM GARDASEE



Dienstag Rad Treff

Treffpunkt: Dienstag 17:30 Unionheim Pennewang

Daten zu 2025:
21 Ausfahrten
1679,85 Kilometer
16.207 Höhenmeter





MARCHTRENK RUNDE



GMUNDEN



TANZBODEN & PLATEAU



AURACHTAL



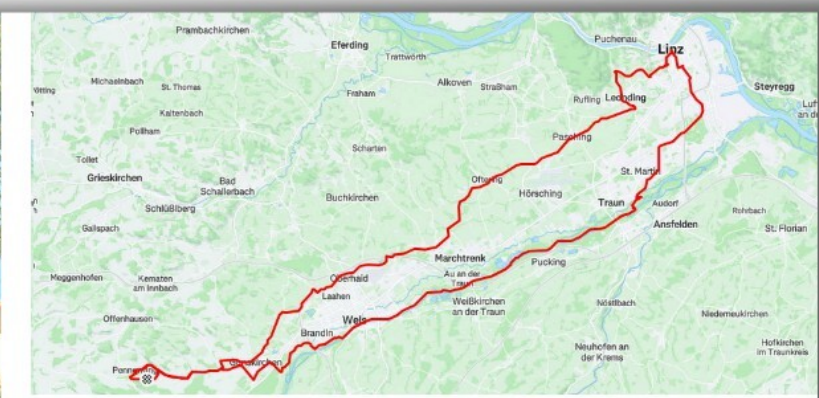
EFERDING SCHARTEN



HONGAR

KLASSIKER DER
DIENSTAG
AUSFAHRTEN

EIN EIS AM LINZER
HAUPTPLATZ



GROßALM RUNDE

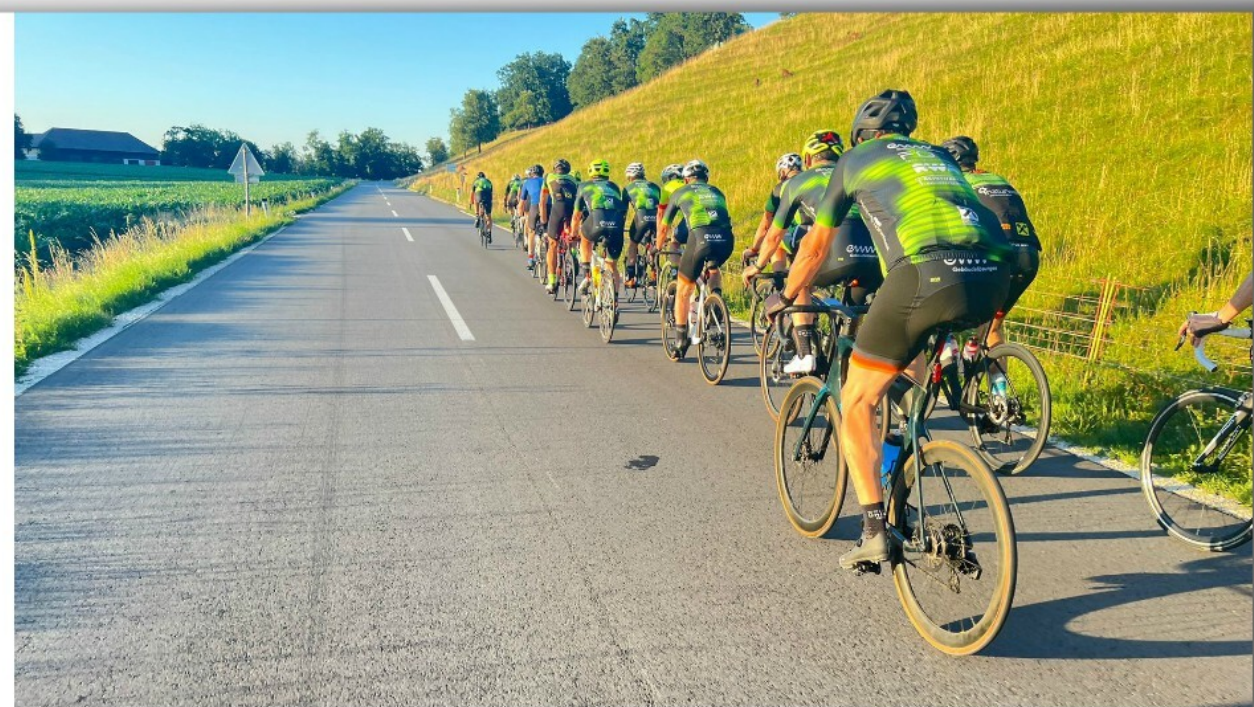


🚲 1. Juli 2025 um 05:18pm

Die_Runde 10 Großalm

Distanz
105,20km

Durchschn. Tempo
32,1km/h



Güterweg
Feichtenberg

NEBEN DEN REGELMÄßIGEN DIENSTAG
AUSFAHRTEN FINDEN AUCH INTERESSANTE
WOCHENEND TOUREN STATT



ST. FLORIAN

AUSSICHTSWARTE
MAYRHOFERBERG STROHEIM



HONGAR

GMUNDEN ÜBER "FRANZL IM HOLZ"









EIN HIGHLIGHT - 200KM PASSAU, ASCHACH, ...



06:57 am Samstag, den 5. Juli 2025 · Pennewang, Oberösterreich

200km Tour über Passau
Aschach Mühlbachtal
Marchtrenk

[Eine Beschreibung hinzufügen](#)



[Private Notizen hinzufügen](#)



[Andere hinzufügen](#)

 Diese Aktivität ist nur für deine Abonnenten sichtbar. Sie wird nicht auf Segmentbestenlisten aufgeführt und zählt ggf. nicht für bestimmte Herausforderungen.

204,70 km

6:58:23

1.355 m

271

Distanz

Bewegungszeit

Höhenmeter

Historische relative Leistung

154 w

3.461 kj

436

77%

Gewichtete Leistung

Gesamtarbeit

Trainingsbelastung

Intensität

Schnitt

29,4 km/h

Max

66,7 km/h

Herzfrequenz

121 bpm

148 bpm

Trittfrequenz

79

126

Leistung

142 W

556 W

Kalorien

3.478

23 °C

Temperatur

23 °C

Verstrichene Zeit

9:17:18

 Klar

Temperatur

14 °C

 Geföhnt

Windgeschwindigkeit

15 °C

 Luftfeuchtigkeit

92%

Windrichtung

2,9 km/h

 ENE

Wahoo ELEMNT BOLT

Rad: simplon kiaro

TOP

ERGEBNISSE

[Alle ansehen](#)

 PR auf Mühlbachtal Climb (12:11)

 PR auf Speed mit baumen (1:53)

 PR auf Brandstatt bis Gstocket TT (6:50)

 PR auf Brandstatt - Auhof (5:41)

der Isar

Völschhof an der Donau

Fürstentzell

Pfankirchen

Eggenfelden

Mühlkreuz

Altötting

Burghausen

Braunau am Inn

Ried im Innkreis

Passau

Salzburg

Hausenberg

Rohrbach-Berg

Reinbach im Mühlkreis

Freistadt

Obereckkirchen

Eferding

Grieskirchen

Marchtrenk

Ansfelden

Enns

Haag

Amstetten

Wieselburg

Ybbs an der Donau

Groß Gerungs

Route speichern

GPX

Standardkarte

600 m

500 m

400 m

300 m

0,0 km

20,0 km

40,0 km

60,0 km

80,0 km

100,0 km

120,0 km

140,0 km

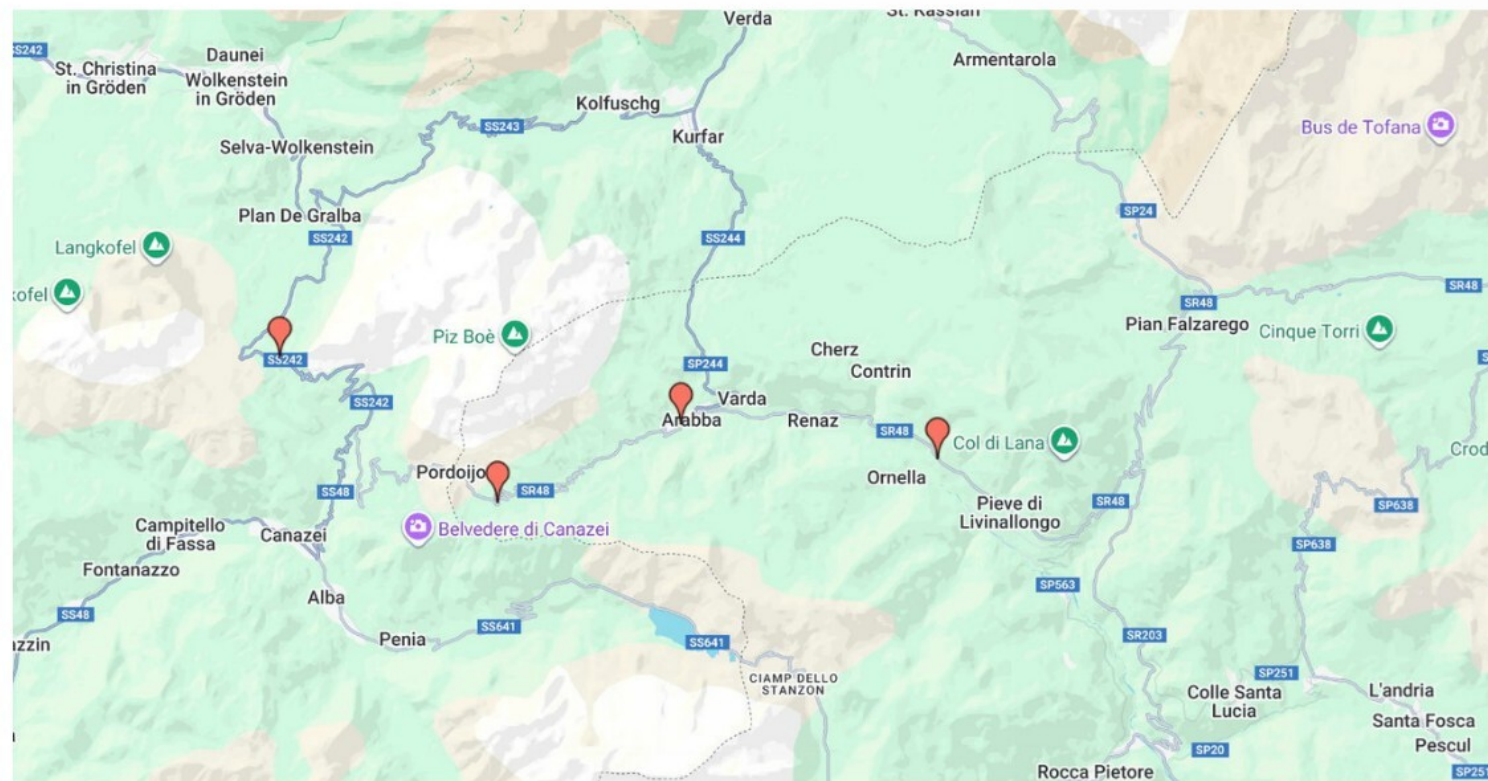
160,0 km

180,0 km

200,0 km

20. - 23. JUNI - EIN WOCHENENDE AUF DEN
STRASSEN DES GIRO D'ITALIA
201,27 KM - 5.746 HM

Vorschau



ARABBA TAG 1
PORDOIJÖCH, PASSO SELLA
& PASSO CAMPOLONGO





ARABBA TAG 2
PASSO GIAU, PASSO FALZAREGO,
PASSO VALPAROLA & PASSO CAMPOLONGO



09:06 am Samstag, den 21. Juni 2025 · Livinallongo del Col di Lana, Italien
Arabba 🇮🇹 Tag 2 🚴 - Passo Giau, Passo Falzarego, Passo Valparola & Passo Campolongo 🇮🇹
Coole Runde mit einer echt tollen Truppe 🚴🚴



82,93 km	4:36:08	2.406 m	
Distanz	Bewegungszeit	Höhenmeter	
241 w	3.467 kJ	276	74%
Gewichtete Leistung	Gesamtarbeit	Trainingsbelastung	Intensität
	Schnitt	Max	
Geschwindigkeit	18,0 km/h	80,4 km/h	
Trittfrequenz	72	114	
Leistung	209 W	847 W	
Kalorien	3.905		
Temperatur	26 °C		
Verstrichene Zeit	8:59:28		

Bewölkt		Gefühlt
Temperatur	15 °C	Windgeschwindigkeit
Luftfeuchtigkeit	68%	Windrichtung

Garmin Edge 530 Rad: S-Works SL8

- ISSE
- PR auf [Passo Campolongo \(da/from Corvara\)](#) 🏆 (27:21)
 - PR auf [Corvara MainSt](#) (1:32)
 - PR auf [2. SET OF DOWNHILL SWITCHBACKS](#) (48s)

ARABBA TAG 3
PASSO FEDAIA & PASSO PORDOI



11. AUGUST GROßGLOCKNER HOCHALPEN STRASSE

Vorschau



4:30 ABFAHRT PENNEWANG
7:00 START VON BRUCK AN DER
GLOCKNERSTRASSE
FUSCHER TÖRL, HOCHTOR,
EDELWEISSPITZE

71,52 km 4:04:56 2.174 m
Distanz Bewegungszeit Höhenmeter

267 w 2.909 kJ 280 82%
Gewichtete Gesamtarbeit Trainingsbelastung Intensität
Leistung



