

ABENDAUSFAHRTEN 2011

**VELO CLUB
STEINHAUSEN**



Gruppe II

Leiter: Joachim Klam / René Ruffiner

Wann: Montag & Mittwoch
Abfahrtsort: Steinhausen, Parkplatz Restaurant Linde
Abfahrtszeit: 18.30 Uhr, im September bereits um 18:00 Uhr
Durchschnitt: 23 bis 27 km/h je nach Höhenmeter und Trainingsstand

Je nach Wetter können kurzfristige Umstellungen des Programms vorgenommen werden !

1. Ausfahrt, Montag, 18. April 2011 (Sonnenuntergang (SU) 20:19 Uhr, Dämmerung (D) bis 20:51 Uhr)

Steinhausen- Niederwil-Maschwanden -**Maschwanden**-Bützen-Mühlau-**Sins**-Oberrüti-**Gisikon**-Rotkreuz-
Buonas-Cham-Steinhausen
37 km, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:30h

2. Ausfahrt, Mittwoch, 20. April 2011 (SU 20:22 Uhr, D bis 20:54 Uhr)

Steinhausen-Cham-Lindencham-Matten-Sins-Mühlau-Schoren-Rickenbach-Ottenbach-Affoltern-Grossholz-
Mettmenstetten-Rossau-Uerzlikon-Blickensdorf-Steinhausen
39 km, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:34h

Montag, 25. April 2011

Ostermontag – keine Ausfahrt

3. Ausfahrt, Mittwoch, 27. April 2011 (SU 20:31 Uhr, D bis 21:05 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Frauental-Bützen-**Mühlau**-Merenschwand-**Werd**-Unterlunkhofen-Jonen-**Ottenbach**-
Rickenbach-**Uttenberg**-Mettmenstetten-Rossau-Knonau-Steinhausen
41 km, 180hm, max. 460m, max. 5% Steigung, benötigte Zeit bei 26 km/h: 1:35h

4. Ausfahrt, Montag, 2. Mai 2011 (SU 20:38 Uhr, D bis 21:12 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Frauenthal**-Bützen-Maschwanden-Mettmenstetten-**Affoltern**-Jonental-
Rifferswil-Kappel-**Ebertswil**-Walterswil-Baar-Steinhausen
40 km, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:36h

5. Ausfahrt, Mittwoch, 4. Mai 2011 (SU 20:41 Uhr, D bis 21:15 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Sins**-Oberrüti-Abtwil-**Auw**-Mühlau-Bützen-**Maschwanden**-Niederwil-
Blegi-**Cham**-Steinhausen
39 km, 250hm, max. 540m, max. 12% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:33h

6. Ausfahrt, Montag, 9. Mai 2011 (SU 20:47 Uhr, D bis 21:23 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Knonau-**Rossau**-Mettmenstetten-**Affoltern**-Obfelden-**Rickenbach**-Schoren-
Mühlau-Bützen-Matten-**Hünenberg**-Rotkreuz-Buonas-Cham-Steinhausen
46 km, 310hm, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:50h

7. Ausfahrt, Mittwoch, 11. Mai 2011 (SU 20:50 Uhr, D bis 21:26 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-**Maschwanden**-Rickenbach-Ottenbach-Jonen-Oberlunkhofen-**Unterlunkhofen**-
Rottenschwil-Büelmüli-**Aristau**-Birri-Merenschwand-Mühlau-Sins-Hünenberg- Cham- Steinhausen
45 km, 200hm, max. 440m, max. 8% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:38h



8. Ausfahrt, Montag, 16. Mai 2011 (SU 20:56 Uhr, D bis 21:33 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Sins**-Oberrüti-Dietwil-Gisikon-**Inwil**-Eschenbach-**Ballwil**-Abtwil-**Auw**-Mühlau-Bützen-**Machwanden**-Niederwil-Steinhausen
49 km, 280hm, max. 530m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 27 km/h: 1:48h

9. Ausfahrt, Mittwoch, 18. Mai 2011 (SU 20:59 Uhr, D bis 21:36 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Frauenthal**-Bützen-Mühlau-**Merenschwand**-Aristau-**Werd**-Jonen-Ottenbach-Bickwil-**Affoltern**-Jonental-**Rifferswil**-Kappel-Blickensdorf-Steinhausen
46 km, 260hm, max. 585m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:50h

10. Ausfahrt, Montag, 23. Mai 2011 (SU 21:05 Uhr, D bis 21:42 Uhr)

Steinhausen-Knonau-Rickenbach-Ottenbach-Jonen-Unterlunkhofen-**Bremgarten**-Staffeln-**Besenbüren**-Aristau-**Merenschwand**-Mühlau-Hagendorn-Lindencham-Cham-Steinhausen
49 km, benötigte Zeit bei 26 km/h: 1:53 h

25. Mai bis 03. Juni 2011

Trainingslager Bellaria

separates Tourenprogramm

11. Ausfahrt, Montag, 6. Juni 2011 (SU 21:18 Uhr, D bis 21:58 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Sins**-Oberrüti-Gisikon-**Götzental**-Küssnacht-**Buonas**-Holzhäusern-Cham-Steinhausen
48 km, 330hm, max. 600m, max. 13% Steigung, benötigte Zeit bei 26km/h: 1:50h

12. Ausfahrt, Mittwoch, 8. Juni 2011 (SU 21:20 Uhr, D bis 22:00 Uhr)

Steinhausen-Cham-Sins-Mühlau-Schoren-Rickenbach-Ottenbach-**Zwillikon**-Affoltern-**Müliberg**-Türlersee-Hausen-Ebertswil-**Sihlbrugg**-Neuheim-Baar-Schochenmühle-Steinhausen
54 km, 560hm, max. 670m, max. 10% Steigung, benötigte Zeit bei 25km/h: 2:09h

13. Ausfahrt, Montag, 13. Juni 2011 (SU 21:23 Uhr, D bis 22:03 Uhr)

Pfingsten – keine Ausfahrt

14. Ausfahrt, Mittwoch, 15. Juni 2011 (SU 21:24 Uhr, D bis 22:04 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Frauenthal-Mühlau-Merenschwand-Benzenschwil-Beinwil-**Lindenberg**-Müswangen-Sulz-Lieli-**Ballwil**-Giebelflüh-**Fenkrieden**-Oberrüti-**Sins**-Cham-Steinhausen
55 km, 600hm, max. 820m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 24 km/h: 2:18h

15. Ausfahrt, Montag, 20. Juni 2011 (SU 21:26 Uhr, D bis 22:06 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Maschwanden-**Rickenbach**-Merenschwand-Benzenschwil-**Beinwil**-Auw-Abtwil-**Ballwil**-Eschenbach-**Perlen**-Gisikon-Honau-Rotkreuz-Buonas-Cham-Steinhausen
56 km, 450hm, max. 550m, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:15h

16. Ausfahrt, Mittwoch, 22. Juni 2011 (SU 21:26 Uhr, D bis 22:07 Uhr)

Steinhausen-Cham-Holzhäusern-Risch-Küssnacht-Arth-Goldau-**Steinerberg**-Sattel-Morgarten-**Oberägeri**-Unterägeri-Neuägeri-**Allenwinden**-Talacher-Baar-Steinhausen
61 km, 510hm, max. 780m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 26km/h: 2:20h



17. Ausfahrt, Montag, 27. Juni 2011 (SU 21:27 Uhr, D bis 22:07 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-Sins-Aettenschwil-Abtwil-Ottenhusen-**Hochdorf**-Hildisrieden-**Sempach**-ARNeuenkirch-Bertiswil-**Rothenburg**-Ebikon-Waldibrücke-Inwil-**Gisikon**-Rokreuz-Holzhäusern-Cham-Steinhausen

62 km, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:28h

18. Ausfahrt, Mittwoch, 29. Juni 2011 (SU 21:26 Uhr, D bis 22:06 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Mühlau-Merenschwand-Aristau-Besenbüren-Staffeln-**Bremgarten**-Fischbach-**Gnadenthal**-Stetten-Künten-Eggenwil-**Bremgarten**-Unterlunkhofen-Jonen-Ottenbach-Uttenberg-Knonau-Steinhausen

62 km, 300hm, max. 460m, benötigte Zeit bei 27 km/h: 2:15h

19. Ausfahrt, Montag, 4. Juli 2011 (SU 21:25 Uhr, D bis 22:05 Uhr)

Steinhausen-Cham-Risch-**Küssnacht**-Meggen-**St. Anna**-Ebikon-**Buchrain**-Inwil-Eschenbach-**Ballwil**-Abtwil-**Auw**-Mühlau-Maschwanden-Niederwil-Steinhausen

64 km, 475hm, max. 540m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 26 km/h: 2:28h

20. Ausfahrt, Mittwoch, 6. Juli 2011 (SU 21:24 Uhr, D bis 22:04 Uhr)

Steinhausen-Knonau-Maschwanden-Ottenbach-Jonen-**Bremgarten**-Niederwil-**Wohlen**-Waltenschwil-Bünzen-Boswil-**Muri**-Benzenschwil-Mühlau-Bützen-Hagendorn-Cham-Steinhausen

61 km, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:25h

21. Ausfahrt, Montag, 11. Juli 2011 (SU 21:22 Uhr, D bis 22:01 Uhr)

Steinhausen-Cham-Risch-Fänn-**Immensee**-Arth-Goldau-**Bernerhöchi**-Lauerz-**Seewen**-Goldau-Arth-**Walchwil**-Oberwil-Zug-Steinhausen

61 km, benötigte Zeit bei 26 km/h: 2:20h

22. Ausfahrt, Mittwoch, 13. Juli 2011 (SU 21:20 Uhr, D bis 21:59 Uhr)

Steinhausen-Knonau-Uttenberg-Ottenbach-**Werd**-Besenbüren-Boswil-**Niesenberg**-Bettwil-Buttwil-Geltwil-**Beinwil**-Auw-Sins-Cham-Steinhausen

59 km, 600hm, max. 740m, max. 14% Steigung, benötigte Zeit bei 24 km/h: 2:28h

23. Ausfahrt, Montag, 18. Juli 2011 (SU 21:16 Uhr, D bis 21:54 Uhr)

Steinhausen-Cham-Rotkreuz-Gisikon-Inwil-Waldibrücke-Emmen-**Rothenburg**-Bertiswil-Urswil-**Ballwil**-Abtwil-**Auw**-Mühlau-Maschwanden-Niederwil-Steinhausen

58 km, 360hm, max. 550m, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 26 km/h: 2:14h

24. Ausfahrt, Mittwoch, 20. Juli 2011 (SU 21:14 Uhr, D bis 21:52 Uhr)

Steinhausen-Baar-Neuheim-Edlibach-**Menzingen**-Bostadel-Schönenberg-**Hirzel**-Klausen-Gattikon-Langnau-**Albis**-Rifferswil-Rossau-Knonau-Steinhausen

56 km, 870hm, max. 790m, max. 14% Steigung, benötigte Zeit bei 23km/h: 2:26h

25. Ausfahrt, Montag, 25. Juli 2011 (SU 21:09 Uhr, D bis 21:46 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-Sins-Auw-Beinwil-**Geltwil**-Buttwil-Boswil-**Bremgarten**-Lunkhofen-Jonen-**Ottenbach**-Knonau-Steinhausen

57 km, 500hm, max. 700m, max. 12% Steigung, benötigte Zeit bei 26 km/h: 2:12h

26. Ausfahrt, Mittwoch, 27. Juli 2011 (SU 21:07 Uhr, D bis 21:43 Uhr)

Steinhausen-Cham-Holzhäusern-Risch-**Fänn**-Küssnacht-Meggen-Adligenswil-**Götzental**-Dierikon-**Buchrain**-Inwil-**Eschenbach**-Giebelflüh-Fenkrieden-Aettenschwil-**Sins**-Hagendorn-Niederwil-Steinhausen

57 km, 520hm, max. 600m, max. 14% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:16h



Montag, 01. August 2011

Tagesausfahrt (siehe Tourenplan Tagestouren)

27. Ausfahrt, Mittwoch, 03. August 2011 (SU 20:57 Uhr, D bis 21:33 Uhr)

Steinhausen-Blickensdorf-**Deibühl**-Kappel-Hausen-**Türlersee**-Tägerst-**Bonstetten**-Hedingen-**Litzi**-Oberlunkhofen-**Werd**-Merenschwand-Mühlau-**Sins**-Cham-Steinhausen
56 km, 440hm, max. 9% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:08h

28. Ausfahrt, Montag, 8. August 2011 (SU 20:50 Uhr, D bis 21:24 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Mühlau-Sins-Aettenschwil-**Gibelflüh**-Inwil-Buchrain-Ebikon-**Adligenswil**-Udligenswil-**Meierskappel**-Risch-Cham-Steinhausen
57 km, 590 hm, max. 12% Steigung, benötigte Zeit bei 25km/h: 2:17h

29. Ausfahrt, Mittwoch, 10. August 2011 (SU 20:47 Uhr, D bis 21:21 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Maschwanden-**Ottenbach**-Unterlunkhofen-Bremgarten-**Mutschellen**-Lieli-**Aesch**-Arni-**Hedingen**-Affoltern-Rifferswil-Uerzlikon-Blickensdorf-Steinhausen
54 km, 500hm, max. 620m, max.12% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 2:09h

Montag, 15. August 2011

Mariä Himmelfahrt – keine Ausfahrt

30. Ausfahrt, Mittwoch, 17. August 2011 (SU 20:35 Uhr, D bis 21:08 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Hagendorn-**Sins**-Aettenschwil-Abtwil-Ottenhusen-**Hochdorf**-Nunwil-Retschwil-**Hitzkirch**-Hämikon-Müswangen-**Beinwil**-Rüstenschwil-Mühlau-Bützen-Maschwanden-Niederwil-Steinhausen
55 km, benötigte Zeit bei 24km/h: 2:17h

31. Ausfahrt, Montag, 22. August 2011 (SU 20:26 Uhr, D bis 20:59 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Maschwanden-Bützen-**Mühlau**-Merenschwand-Aristau-**Werd**-Jonen-Ottenbach-Affoltern-Rifferswil-**Hausen**-Kappel-Blickensdorf-Steinhausen
49 km, 330hm, max. 610m, max. 8% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:57h

32. Ausfahrt, Mittwoch, 24. August 2011 (SU 20:22 Uhr, D bis 20:55 Uhr)

Steinhausen-Cham-Holzhäusern-**Rotkreuz**-Gisikon-**Michaelskreuz**-Udligenswil-Küssnacht-**Arth**-Walchwil-**Oberwil**-Zug-Steinhausen
50 km, benötigte Zeit bei 25km/h: 2:00h

33. Ausfahrt, Montag, 29. August 2011 (SU 20:13 Uhr, D bis 20:45 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Frauenthal-Bützen-**Mühlau**-Sins-Aettenschwil-Fenkrieden-**Gibelflüh**-Gerligen-Inwil-**Perlen**-Gisikon-Honau-Rotkreuz-Buonas-Holzhäusern-Cham-Steinhausen
49 km, benötigte Zeit bei 25km/h: 1:57h

34. Ausfahrt, Mittwoch, 31. August 2011 (SU 20:09 Uhr, D bis 20:41 Uhr)

Steinhausen-Knonau-Rickenbach-Ottenbach-**Jonen**-Litzi-Hedingen-**Affoltern**-Grossholz-Paradis-Herferswil-Rifferswil-**Vollenweid**-Hausen-Kappel-Notikon-Buessikon-**Walterswil**-Baar-Blickensdorf-Steinhausen
47 km, 500hm, max. 670m, benötigte Zeit bei 24km/h: 2:00h



Achtung: ab September ABFAHRT bereits um 18:00 UHR !

35. Ausfahrt, Montag, 5. September 2011 (SU 19:59 Uhr, D bis 20:30 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Maschwanden-Bützen-Matten-Hünenberg-Rotkreuz-Meierskappel-Fänn-Immensee-Arth-Walchwil-Oberwil-Zug-Steinhausen
49 km, benötigte Zeit bei 27 km/h: 1:38h

36. Ausfahrt, Mittwoch, 7. September 2011 (SU 19:55 Uhr, D bis 20:26 Uhr)

Steinhausen-Niederwil-Frauenthal-Bützen-Mühlau-Schoren-Rickenbach-Ottenbach-Zwillikon-Hedingen-Affoltern-Wängi-Vollenweid-Hausen-Kappel-Blickensdorf-Steinhausen
40 km, 370hm, max. 650m, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:36h

Sonntag, 11. September 2011 Steinhauser Velotag

37. Ausfahrt, Montag, 12. September 2011 (SU 19:45 Uhr, D bis 20:16 Uhr)

Steinhausen-Cham-Sins-Auw-Mühlau-Bützen-Maschwanden-Mettmenstetten-Rifferswil-Hausen-Kappel-Blickensdorf-Steinhausen
38 km, 425hm, max. 620m, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:31h

38. Ausfahrt, Mittwoch, 14. September 2011 (SU 19:41 Uhr, D bis 20:12 Uhr)

Steinhausen-Cham-Holzhäusern-Rotkreuz-Gisikon-Pfaffwil-Gibelfüh-Fenkrieden-Abtwil-Alikon-Auw-Mühlau-Bützen-Maschwanden-Niederwil-Steinhausen
41 km, 400 hm, max. 550m, max. 13% Steigung, benötigte Zeit bei 25 km/h: 1:39h

Ende der Abendausfahrten 2011

Einige Regeln und Hinweise an die Tourenfahrerinnen und -fahrer:

- Alle Fahrer haben die strassenpolizeilichen Vorschriften einzuhalten
- Der Führende ist für die Sicherheit der Gruppe verantwortlich
- Gefahren durch optische und akustische Signale ankündigen
- In Einerkolonne fahren! Geschwindigkeit den Verhältnissen anpassen
- In Abfahrten keine Risiken eingehen
- Nie brüsk bremsen, Hindernisse weiträumig umfahren
- Lichtsignale beachten! BEI ROTLICHT ANHALTEN UND ERST BEI GRÜN WEITERFAHREN
- Im Frühling und Herbst ist eine Beleuchtung mitzunehmen
- Gültige Velonummer muss auf dem Rahmen aufgeklebt sein
- Bei Strassen mit Tempo 30 gilt Rechtsvortritt
- HELMTRAGEN IST OBLIGATORISCH

Allen Teilnehmer viel Spass, schönes Wetter und vor allem eine unfallfreie Tourensaison!