

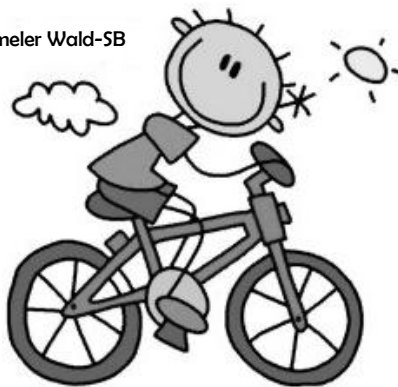
Im Alter fit bleiben und das Fahrrad antreiben!

Mit Bahn, Plan und Flan

GUT TRAINIERT - VIELLEICHT SOGAR BIS MERAN?

Die Fahrten zur Auswahl

1. **Mittellandkanal-Tour (MLK) (60 km)**
Haste-Letter-Hainholz-MLK-Misburg-Waldheim-Bornum-SB
2. **Calenberger Gutshöfe-Tour (70 km)**
Haste-Eckerde-Wennigsen-Lenthe-Stemmen-Großmunzel-Haste
3. **Deister-Kreisel-Tour nach Wegweiser (90 km)**
4. **Schaumburger Park & Garden Tour nach Wegweiser (75 km)**
5. **Maschsee-Tour (MS) / ideale Trainingstour in drei Varianten (45 km)**
Haste-Kirchw./Lohner Meer/Garbsen-Leinemasch-MS-HHBF-SB
6. **Mergelgrubentour (70km)**
wie 5.MS-Südufer-Bischofshol-Misburg-Ahlten-Lehrte-Hämeler Wald-SB
7. **Große Steinhuder Meer Rundfahrt (75 km)**
Haste-Meer-Bordenau-Blauer See-MLK-Holtensen-Haste
8. **Fürsten-Route nach Wegweiser (50 km)**
Haste-Schaumburger Wald-MLK-Minden-SB
9. **Kleine Leinemasch-Tour (60 km)**
wie 5.MS-Wülfel-Rethen-Koldingen-Sarstedt-SB
10. **Große Leinemasch-Tour (100 km)**
wie 9.-Hildesheim-Stichkanal-Sehnde-Lehrte-SB
11. **Nordhannoversche Seenplatte-Tour (70km)**
Haste-Letter-Berenbostel-Altwarmbüchen-Lehrte-SB
12. **Robert-Enke-Gedächtnistour über Leinefernradwanderweg (75km)**
Haste-Luthe-Blauer See-Bordenau-Neustadt-Kloster Mariensee – Empede – Eilvese- SB
13. **EXPO-Revival-Tour (70km)**
Haste-Hannover-Eilenriede-Kronsberg-Wülferode-Lehrte
14. **Straßenbahnmuseums-Tour (80km)**
Haste-Bad Nenndorf-Wennigsen-Rethen-Wehmigen-Bolzum-Lehrte-SB
15. **Airport-Tour (60 km)**
Haste-Seelze-Berenbostel-Schulenburg-Nord-Kananohe-Kaltenweide-Langenhagen-Silbersee-Vahrenheide-Hannover HBF
16. **Dreiländer-Tour (60 km)**
Haste-Wunstorf-Steinhude-Hagenburg-Winzlar-Rehburger Berge-Wilhelmsturm-Sachsenh.-Haste
17. **Kleine Trainingstour 1 (25 km)**
Haste-MLK-Sachsenhagen-Lindhorst-Beckedorf-Riepen-Bad Nenndorf-Waltringhausen-Haste
18. **Große Trainingstour 2 (40 km)**
Haste-MLK-Auhagen-Sachsenhagen-Hülshagen-Stadth.-Oberwöhren-Reinsdorf-Rodenberg-Haste



Information: Joachim Joemmler, Tel.: 05723 / 81715