



Sværhedsgrad	Velegnet til	Anbefalet cykel	Sporet	Den tekniske udfordring	Din kondition
Let	Den øvede cyklist.	MTB-cykel eller en såkaldt "MTB/hybrid".	Relativt fladt og oftest med god bredde. Der kan dog være kortere delstrækninger med singletracks. Belægningen kan være løs, ujævn og mudret. Der er mindre forhindringer f.eks. i form af rødder og sten.	Forholdsvis let dog med få krævende passager. De fleste op- og nedstigninger er moderate, men kan omfatte korte stejle strækninger.	En god fysik kan være en hjælp.
Middel	Den øvede MTB-rytter.	En MTB-cykel af god kvalitet.	Stejlere og hårdere end et blått spor. Ofte som singletracks. Belægningen vil variere meget - jord, grus, sten, volde m.m. Der kan være mange rødder og huller på sporet.	Her er tale om sværere strækninger med passager som er krævende. Sporet vil indeholde en bred vifte af "klatreture", udfordrende nedkørsler og forhindringer.	Du bør helst være i god form.
Svær	Den meget erfarne MTB-rytter.	En MTB-cykel af god kvalitet.	Som et rødt spor blot endnu stejlere og endnu hårdere.	Et sort spor er krævende både for rytter og udstyr. Her vil ofte forekomme switchbacks eller stejle passager.	Du bør være i god form.
Ekstrem	Kun velegnet til den meget erfarne MTB-rytter.	En cykel der er bygget til downhill eller freeride. Man bør benytte fuldt sikkerhedsudstyr som fulface-hjelm, rygskjold, halskrave, knæbeskytter, handsker og briller.	Oftest en stejl downhill bane med grus, sten, jord og konstruerede forhindringer og hop m.m.	Hele sporet vil være en stor udfordring. Der kan være både downhill spor, freeride sektioner og obligatoriske spring.	Du bør være i god form.

