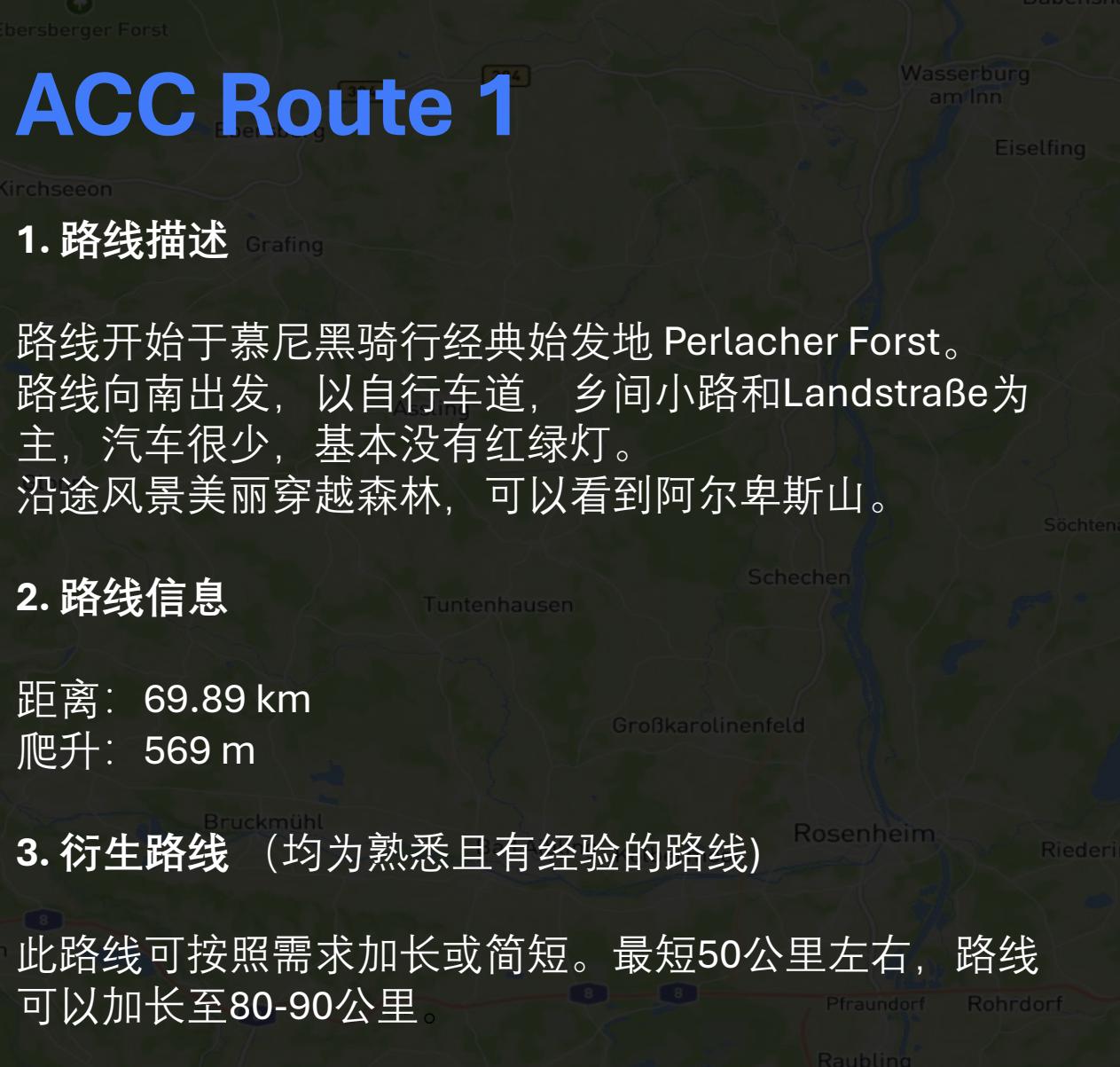
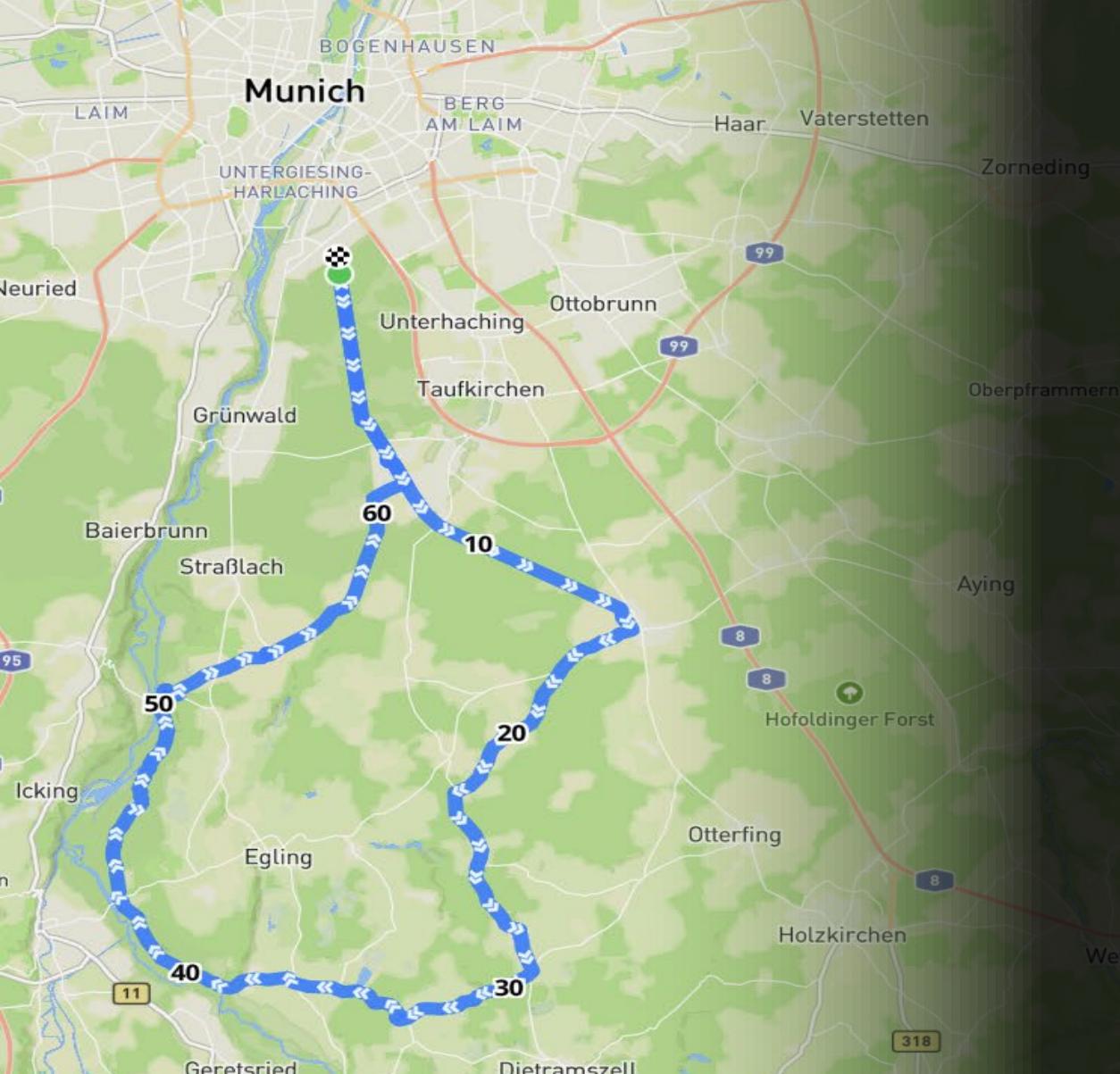


# ACC 路线

(偏向于周中Afterwork)

**München Süd**

Ronnie  
21.01.2026



# ACC Route 1

## 1. 路线描述

路线开始于慕尼黑骑行经典始发地 Perlacher Forst。路线向南出发，以自行车道，乡间小路和Landstraße为主，汽车很少，基本没有红绿灯。沿途风景美丽穿越森林，可以看到阿尔卑斯山。

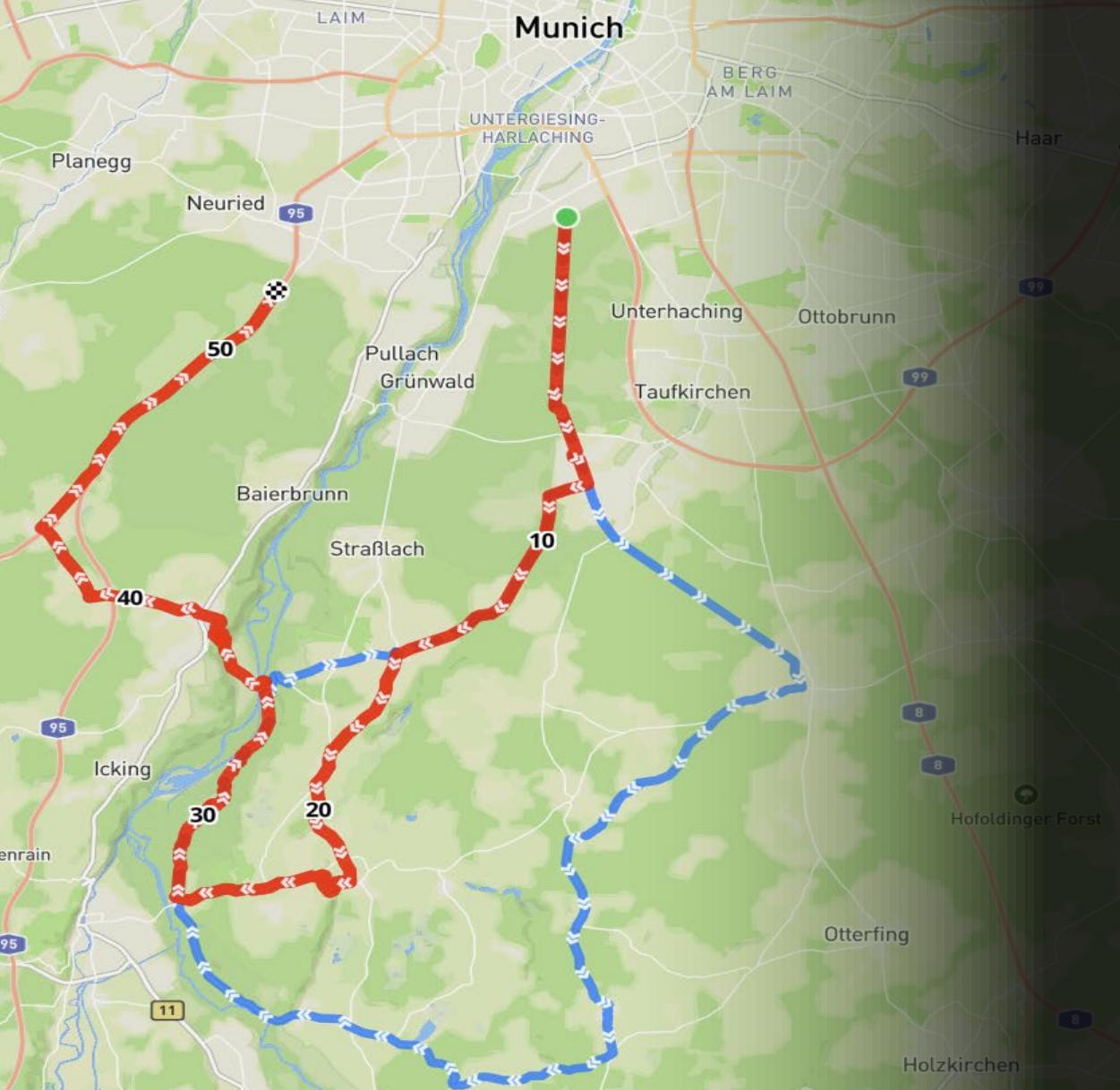
## 2. 路线信息

距离: 69.89 km

爬升: 569 m

## 3. 衍生路线 (均为熟悉且有经验的路线)

此路线可按照需求加长或简短。最短50公里左右，路线可以加长至80-90公里。



# ACC Route 2

## 1. 路线描述

路线开始于慕尼黑骑行经典始发地 Perlacher Forst。途径网红小坡顶 Ludwigshöhe, 此处雪山风景一览无余, 是众多骑行爱好者必经之路。此路线还会经过著名爬坡 Schäftlarn, 适合挑战自己。最后经过 Olympia Straße 回到慕尼黑。

## 2. 路线信息

Aying

距离: 52,21 km  
爬升: 442 m

## 3. 衍生路线 (均为熟悉且有经验的路线)

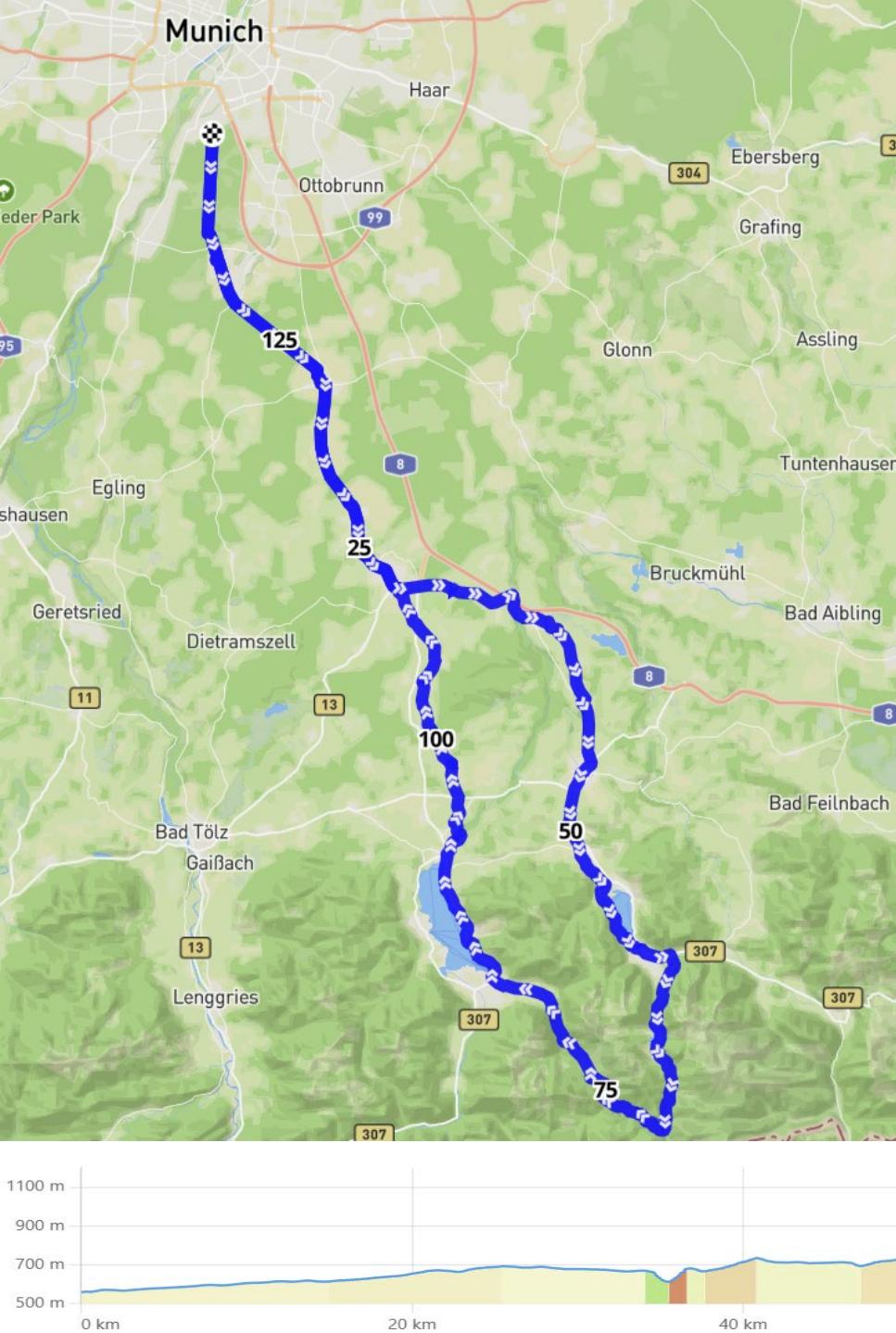
此路线可按照需求加长或简短。最短50公里左右, 路线可以加长至80-90公里。





# 衍生路线总览

## ACC Route 1-6



# 周末长距离路线 Spitzing See (Valepp Runde)

## 1. 路线描述

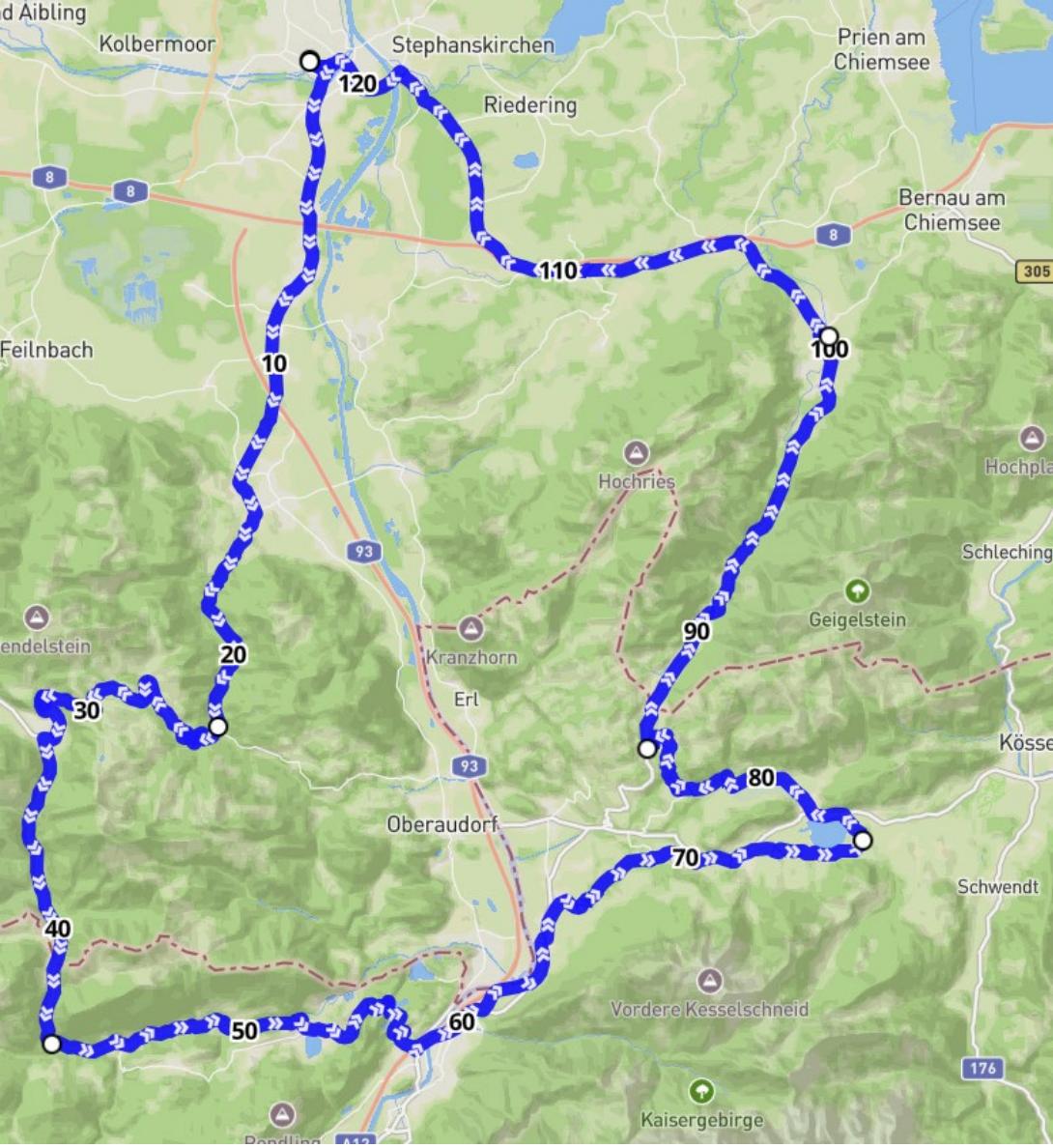
路线开始于慕尼黑骑行经典始发地 Perlacher Forst。一路向南进山，以自行车道，乡间小路和Landstraße为主，有时需注意交通。沿途风景美丽，会经过Schliersee, Spitzing See 和 Tegernsee。此路线对体力有一定要求，有一个二级坡。Tegernsee 可以乘坐S-bahn回慕尼黑。

## 2. 路线信息

距离: 137,53 km

爬升: 1105 m

Cat.2 Climb



# 周末长距离路线 Kufstein周边

## 1. 路线描述

路线开始于Rosenheim，需从慕尼黑Hbf乘坐BRB到达。一路向南进山，以自行车道，乡间小路和Landstraße为主，需注意交通。沿途山谷风景美丽，会入境奥地利并经过Thiersee, Kufstein和Walchsee。此路线对体力要求偏高，有一个一级坡。此路线可按需简短。

## 2. 路线信息

距离: 122,07 km

爬升: 1639 m



# 路线 GPX

ACC ROUTE 1

 ACC Route 1.gpx

ACC ROUTE 2

 ACC Route 2.gpx

ACC ROUTE 3

 ACC Route 3.gpx

ACC ROUTE 4

 ACC Route 4.gpx

ACC ROUTE 5

 ACC Route 5.gpx

ACC ROUTE 6

 ACC Route 6.gpx

ACC ROUTE 1L

 ACC Route 1L.gpx

ACC ROUTE 2L

 ACC Route 2L.gpx

# Afterwork 计划

可视情况每周中组织1-2次慕尼黑南部afterwork  
一次为偏休闲，一次为偏训练

问题:

1. 南部普遍感觉骑友较少，总体积极性不高
2. 之前组织太临时，需如会议所建议加提前量和计划
3. 可能固定化的骑行日(像3mills的)可以提高积极性

休假计划暂时未定