

Ausrüstungs-Checkliste

MOUNTAINBIKEREISEN



Persönliche Ausrüstung

- Kleiner Rucksack (bis 30 l) auf der Biketour und beim Sightseeing
- Große Trekkintasche oder Trekkingsack (möglichst staub-/wasserdicht, 90-110 l)
- Transporttasche für das Bike (gut gepolstert, keine Koffer/Hard Cases!!!)
- Schlafsack (je nach Land 0° bis -10° Komfortbereich)
- Liegematte, optimalerweise aufblasbar
- Stirnlampe mit Reservebatterien, -birne
- Taschenmesser/-werkzeug
- Sonnen-/Radbrille (Qualität!), eventuell Ersatzbrille
- Sonne-/Lippenschutz (hoher Schutzfaktor)
- Trinkflaschen, ev. Trinkbecher/Eßbesteck
- Eventuell Höhenmesser, Pulsmessgerät, Fahrradcomputer
- Toilettensachen, Handtuch, WC-Papier/Feuchttücher, Waschmittel etc.
- Kamera/Fotoausrüstung, Speicherchips/Filme, Batterien/Akkus
- Notizbuch, Schreiber, Reiseführer, Lesestoff usw.

Bekleidung

- Leichte Trekking/Sportschuhe/Outdoor Sandalen (Flug, Sightseeing, Camps)
- Radschuhe (eventuell auch Überschuhe)
- Radhosen kurz und lang; eventuell leichte Baumwollhose zum Überziehen
- Überhose (wind-/wasserdicht)
- Radtrikots kurz- und langarm; eventuell leichte langarm Baumwollhemden zum Überziehen
- Leichte Wind-/Regenjacke (eventuell Gore-tex Jacke/Anorak)
- Warmer Fleece-Pullover/Jogginghose o.ä. für die Camping/Zeltabende
- Freizeit-/Trekkinghose und Oberbekleidung
- Unterwäsche, Funktionsunterwäsche, T-Shirts
- Radsocken, Reisesocken
- Handschuhe kurz und lang
- Helm (Pflicht!!!)
- Kopfbedeckung (Sonnenhut/-kappe, (Woll)mütze)
- Eventuell Badebekleidung

Ausrüstungs-Checkliste

MOUNTAINBIKEREISEN



Mountainbike/Ersatzteile/Werkzeug

- Hochwertiges 26" MTB (servicegepflegt, bester Zustand), optimal mit Federgabel
- Bereifung: gute Einspeichung, gutes Felgenband, pannensichere Schläuche
- Flaschenhalter mit Trinkflaschen (mind. 2) oder Trinkrucksack
- Eventuell Lenker- oder Satteltasche, leichter Gepäckträger
- Ersatzschläuche (mind. 2), Flickzeug
- Brems- und Schaltseil
- Bremsbacken vorne/hinten
- Ersatz-Ausfallende (wenn austauschbar)
- Schmiermittel (kleine Tube o.ä.), Putzlappen
- Reifenheber, kleine Luftpumpe (mit richtigem Ventileinsatz)
- Kleines Universalwerkzeug (Inbus, Schraubenzieher etc.)
- Individuelle Ersatzteile für Dein Bike (wie E-Teile für Federgabel, Dämpfer, Hydraulik/Schreibenbremsen ...)

Gemeinsame Ausrüstung (wird zur Verfügung gestellt)

Zelte, Essgeschirr, Campingausrüstung (Kocher, Tische, Sesseln, etc.), Werkzeugkoffer (mit Grundsortiment)

Hinweis

Je nach konkretem Reiseland kann das eine oder andere an Ausrüstung noch dazukommen oder entfallen bzw. können sich Änderungen ergeben – bitte unbedingt die Hinweise im **jeweiligen Detailprogramm** beachten.

Leihausrüstungsservice

Für Schlafsäcke bieten wir ein Verleihservice an – *siehe Leihausrüstungsliste!*