

Mountainbike – Ausrüstung und Bekleidungsliste



TransPeru – mit dem Mountainbike nach Machu Picchu

RAMPER

<p>MTB-AUSRÜSTUNG</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Mountainbike XC / AM<input type="checkbox"/> Mountainbike-Schuhe mit Profil<input type="checkbox"/> Fahrradhelm<input type="checkbox"/> Radrucksack ca. 25 l + Regenhülle <p>BEKLEIDUNG</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Regenjacke (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material)<input type="checkbox"/> Überhose (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material)<input type="checkbox"/> 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlinge<input type="checkbox"/> 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster<input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden mit kurzem Arm<input type="checkbox"/> Rad-Shirts mit kurzem Arm<input type="checkbox"/> Rad-Shirt lang oder Armlinge<input type="checkbox"/> Fleecepulli<input type="checkbox"/> Windbreaker<input type="checkbox"/> Wechselwäsche<input type="checkbox"/> Mütze (unter den Helm passend)<input type="checkbox"/> Fahrradhandschuhe<input type="checkbox"/> Ggf. warme Handschuhe (lang)<input type="checkbox"/> Badebekleidung<input type="checkbox"/> Bequeme Kleidung für die Unterkünfte<input type="checkbox"/> 1 Paar Freizeit-/Sportschuhe<input type="checkbox"/> 1 Paar Rad-Überschuhe<input type="checkbox"/> 1 Paar leichte Sandalen <p>ERSATZTEILE</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Ersatzschlauch<input type="checkbox"/> 2 Mantelheber<input type="checkbox"/> Flickzeug<input type="checkbox"/> 1 Satz Bremsbeläge<input type="checkbox"/> Ersatzspeichen, Speichenschlüssel<input type="checkbox"/> Kettenöl und Lappen<input type="checkbox"/> kleines Bike-Tool<input type="checkbox"/> Luftpumpe	<p>ZUSÄTZLICHES</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Reisetasche oder Koffer für das Wochengepäck<input type="checkbox"/> Toilettenartikel, kleines Handtuch<input type="checkbox"/> Sonnencreme, Lippschutzcreme (LSF 20+)<input type="checkbox"/> 2 Radflaschen oder Trinksystem<input type="checkbox"/> Erste Hilfe Set, Tape<input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente<input type="checkbox"/> Zwischenverpflegung (Nüsse, Müsliriegel)<input type="checkbox"/> Getränkepulver für die Radflaschen (Mineraldrink)<input type="checkbox"/> Sonnenbrille (100%ige UV-Absorption)<input type="checkbox"/> Reisepass (muss noch 6 Monate gültig sein)<input type="checkbox"/> Fotoapparat, Handy, Ladegerät<input type="checkbox"/> Kreditkarte / EC-Karte<input type="checkbox"/> Bargeld<input type="checkbox"/> Taschenmesser<input type="checkbox"/> Stirnlampe<input type="checkbox"/> Insektenschutz <p>OPTIONAL</p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Fahrradschloss<input type="checkbox"/> Gesäßcreme<input type="checkbox"/> GPS <p>Notizen</p> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>
--	--

HINWEISE

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt und vermeiden „exotische“ Teile an Ihrem Rad. Sollten Sie diese dennoch haben, denken Sie an entsprechende Ersatzteile. **Bitte entlüften Sie ihre Scheibenbremsen vor dem Abflug**

Mountainbike – Ausrüstung und Bekleidungsliste



UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität
www.deuter.com



Access the inaccessible
Qualität, Innovation und bestechendes Design für den Berg- und Klettersport
www.petzl.com



Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.de



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.de