AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: MTB Türkei: Trans Ağri - Zum kleinen Ararat

REISECODE: RAMARA

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

= Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- ❑ 1 Reisetasche groß, z.B. 140l inkl. TSA-Schloss
- ❑ Fahrradschlosss (dünnes Kabelschloss vgl. KryptoFlex 5mm, kleines Vorhängeschloss)
- ❑ Radrucksack ca. 25l + Regenhülle
- ❑ Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre)
- ❑ kleines Biketool
- ❑ Mountainbike (empfohlen Full Suspension)
- ❑ Mountainbike-Schuhe mit Profil
- ❑ Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B)

BEKLEIDUNG

- ❑ 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge
- ❑ 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster
- ❑ Bequeme Kleidung und Schuhe für die Hütte
- ❑ Fahrradhandschuhe
- ❑ Halstuch/Neckgaitor
- ❑ Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv)
- ❑ Pullover/Jacke
- ❑ Wechselwäsche
- ❑ 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm
- ❑ 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen
- ❑ Dünne Windstopper Fingerhandschuhe
- ❑ Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)
- ❑ Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv)
- ❑ Mütze (unter den Helm passend)
- ❑ Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv)

ZUSÄTZLICHES

- ❑ Dichtungsmilch
- ❑ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax
- ❑ Gletscher- / Sonnenbrille
- ❑ Kreditkarte
- ❑ Kugelschreiber
- ❑ Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight
- ❑ Reiseapotheke
- ❑ Sonnenbrille
- ❑ Stirnlampe
- ❑ Toilettenpapier
- ❑ Trinkflasche (1l nach Bedarf auch mehr) und Lunchbox (zur Vermeidung von Plastikmüll)
- ❑ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- ❑ Elektrolytgetränkepulver
- ❑ Fotoapparat, Handy, Ladegerät
- ❑ Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- ❑ Kreditkarte/EC-Karte
- ❑ LED-Stirnlampe mit Batterien
- ❑ Persönliche Medikamente
- ❑ Reisepass oder Personalausweis
- ❑ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- ❑ Taschentücher
- ❑ Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach Bedarf 1,5 l)
- ❑ Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter)

OPTIONAL

- ❑ Antibakterielles Hautreinigungsgel
- ❑ Feuchttücher
- ❑ GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-Batterien
- ❑ Fahrradschloss
- ❑ Gesäßcreme
- ❑ Lesestoff, Topografische Karte
- ❑ Sitzkissen (faltbar)
- ❑ Taschenmesser

Wird leihweise vor Ort gestellt (im Reisepreis eingeschlossen)

Empfehlung: Ersatzmaterial:

- Ersatzschlauch
- 2 Mantelheber
- Flickzeug
- 1 Satz Bremsbeläge
- Ersatzspeichen, Speichenschlüssel
- Kettenöl und Lappen
- kleines Bike-Tool
- Luftpumpe
- Dichtungsmilch

Hinweise

- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt.
- Bitte Ersatzmaterial für das eigene Mountainbike mitführen.
- Bitte entlüften Sie Ihre Schreibenbremsen vor dem Abflug.
- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen: Reisepass/Personalausweis (bei Verlust); Versicherungsschein und Reisebestätigung (als Nachweis für den Versicherungsfall).

TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

SOMMER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
A	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
A/B	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
B	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
B/C	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
C	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
D	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
Kletterschuhe	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

WINTER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
B	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mt Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
Skitourenschuh	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
Freerideschuh	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
Pistenskischuh	Alpinski	Skipiste
Snowboard Boots	Snowboard- Splitboardtouren, Freeride	Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner

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

Qualität, Innovation und bestechendes Design fürden Berg- und Klettersport
www.petzl.com

Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.com

Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de

Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com

Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de

Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com

Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.