



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: MTB Bosnien-Herzegowina: Trans Bosnia

REISECODE: RAMBOS

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- | | | | |
|---|---|--|---|
| ☐ 1 Paar Rad-Überschuhe | | ☐ 1 Paar Sportschuhe | |
| ☐ eigenes Pedalsystem (im Falle eines Leihrades) | | ☐ Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre) |  |
| ☐ kleines Biketool | | ☐ Mountainbike-Schuhe mit Profil | |
| ☐ Radrucksack ca. 25l + Regenhülle |  | ☐ Sport-/Trekkingtasche fürs Wochengepäck (maximal 15 kg) | |

BEKLEIDUNG

- | | | | |
|--|---|--|---|
| ☐ 2 Funktionsunterhemden mit kurzem Arm |  | ☐ 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge |  |
| ☐ 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm |  | ☐ 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster |  |
| ☐ 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen |  | ☐ Fahrradhandschuhe |  |
| ☐ Handschuhe lang (wind und wasserdicht) | | ☐ Primaloft- oder dünne Daunenjacke |  |
| ☐ Regenjacke (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material) |  | ☐ Überhose (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material) |  |
| ☐ Wechselwäsche | | ☐ Windbreaker |  |

ZUSÄTZLICHES

- | | | | |
|---|--|--|---|
| ☐ Alu-Rettungsdecke | | ☐ Bargeld | |
| ☐ Elektrolytgetränkpulver | | ☐ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape |  |
| ☐ Handdesinfektionsmittel | | ☐ Handtuch |  |
| ☐ Insektenschutz | | ☐ Kamera, Smartphone, Ladegerät | |
| ☐ Kreditkarte | | ☐ Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight |  |
| ☐ Persönliche Medikamente | | ☐ Reiseapotheke | |
| ☐ Reisepass | | ☐ Sonnenbrille |  |
| ☐ Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+) | | ☐ Stirnlampe |  |
| ☐ Toilettenartikel | | ☐ Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter) | |
| ☐ Universaladapter | | ☐ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst) | |

OPTIONAL

- | | | | |
|--|---|---|---|
| ☐ Fahrradschloss |  | ☐ Gesäßcreme | |
| ☐ GPS-Gerät/Tacho |  | ☐ Herzfrequenzmesser |  |

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Hinweise

- Es empfiehlt sich Kopien von allen Reisedokumenten anzufertigen: Reisepass (bei Verlust); Versicherungsschein und Reisebestätigung (als Nachweis für den Versicherungsfall).
- Bei Flugverspätungen oder knappen Umsteigezeiten kann es leider in seltenen Fällen vorkommen, dass aufgegebenes Gepäck nicht mit dem Fluggast zusammen am Zielflughafen ankommt. Eine Nachlieferung kann unter Umständen viele Tage dauern, oder je nach Art der Reise gar nicht nachgeliefert werden. Nehmen Sie daher Ihre Mountainbikeschuhe als Handgepäck mit in die Kabine. Ebenfalls empfehlen wir einen Satz Bikeausrüstung (Bikehose, T-Shirt, Regenjacke) auf dem Flug zutragen, oder ebenfalls im Handgepäck zu verstauen. Sollte ihr Gepäck nicht rechtzeitig eintreffen, kann Ersatzausrüstung vielleicht vor Ort besorgt und ausgeliehen werden, gutes und passendes Schuhwerk aber kaum.
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

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

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSTRÜSTUNG



patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com



TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



LEKI

Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Roeckl
SPORTS

Traditionsmarke für hochwertige
Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



ORTOVOX

Experte für Lawinennotfallausrüstung und
anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



ROTHER
BERGVERLAG

Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



PETZL
Access
the
inaccessible

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



Seeberger

Natürliche Ernährung auf Trekking &
Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.