

AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: MTB Türkei: Trans Lykien - Kultur & Natur

REISECODE: RAMLYK

| | = Link zu unserer | Produktempfehlung |
|---------|-------------------|-------------------|
| | * Anzeige | |

픨

픨

AUSRÜSTUNG 1 Paar leichte Sandalen 1 Paar Sportschuhe 픨 ■ 1 Reisetasche groß, z.B. 140l inkl. TSA-Schloss Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre) Mountainbike XC / AM Mountainbike-Schuhe mit Profil 圔 Radrucksack ca. 25l + Regenhülle **BEKLEIDUNG** 1 Trekking oder Sporthose 2 Funktionsunterhemden (kurz, dünn) 圖 2 Funktionsunterhemden (lang) 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge 圔 圖 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster 픨 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen Fahrradhandschuhe 鮋 ☐ Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit ■ Mütze (unter den Helm passend) 픨 Membranenverarbeitung) Pullover/Jacke 鮋 圔 ☐ Überhose (wind- und wasserabweisendes, Regenjacke (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material) atmungsaktives Material) Wechselwäsche **ZUSÄTZLICHES** 픨 Elektrolytgetränkepulver ☐ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape Fotoapparat, Handy, Ladegerät Kleines Waschzeug, Reisehandtuch Kreditkarte/EC-Karte LED-Stirnlampe mit Batterien 圔 Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3) Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight Persönliche Medikamente Reisepass oder Personalausweis ■ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+) Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter) Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Fahrradschloss

GPS-Gerät/Tacho

OPTIONAL

Gesäßcreme

Antibakterielles Hautreinigungsgel

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

Ein Leihbike kann bei Bedarf vor Ort auf Anfrage gemietet werden.

- Leihbike: Einfaches Hardtail-Mountainbike
- Leihgebühr 2026: ab 415,- EUR
- Bitte beachten Sie, dass die Leihgebühr des Leihbikes nicht im Reisepreis eingeschlossen ist.

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.

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 |
| В | 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 |
| С | 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 |
|-----------------|--|--|
| В | 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 AUSRÜSTUNG







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



Skiausrüstung von Dynafit www.dynafit.com



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme www.leki.com



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte www.ortovox.com



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



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839 www.roeckl.de



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer www.rother.de



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition www.seeberger.com