



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: MTB Indien: Von Pushkar nach Agra

REISECODE: RAMRAJ











ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige





## AUSRÜSTUNG

- 1 Paar Sportschuhe
- Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre) 
- Radrucksack ca. 25l + Regenhülle 
- eigenes Pedalsystem (im Falle eines Leihrades)
- Mountainbike-Schuhe mit Profil
- Reisetasche oder Dufflebag, kein Koffer (max. 1 Gepäckstück mit max. 15 kg)


## BEKLEIDUNG

- 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge 
- 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster 
- Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft
- 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm 
- 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen 
- Fahrradhandschuhe 
- Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung) 
- Funktionssocken 
- Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 
- Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung) 
- Mütze, Stirnband, Halstuch, Sonnenkappe 
- Sonnen-Cap
- Wechselwäsche

## ZUSÄTZLICHES

- Alu-Rettungsdecke
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax 
- Kreditkarte
- Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight 
- Reiseapotheke
- Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Taschentücher
- Toilettenpapier
- Universaladapter
- Elektrolytgetränkpulver
- Handtuch 
- Multisport-/Sonnenbrille (CEN Schutzklasse3)
- Regenschutz
- Reisepass
- Stirnlampe 
- Toilettenartikel
- Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter)
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)

## OPTIONAL

- Antibakterielles Hautreinigungsgel
- Herzfrequenzmesser 
- Schreibzeug
- Feuchttücher
- Literatur

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 schnellem Flugzeugwechsel oder Flugverspätung kommt es vor, dass Gepäck falsch verladen und nachgestellt wird. Nehmen Sie die wichtigsten Schuhe als Handgepäck mit in die Kabine. Sollte ihr Gepäck nicht rechtzeitig eintreffen, kann Ersatzausrüstung vielleicht vor Ort besorgt werden, gutes und passendes Schuhwerk aber kaum.
- Bitte entlüften Sie ggf. Ihre Scheibenbremsen vor dem Abflug.
- 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
<b>A</b>	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
<b>A/B</b>	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
<b>B</b>	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
<b>B/C</b>	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
<b>C</b>	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
<b>D</b>	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
<b>Kletterschuhe</b>	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

## WINTER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
<b>B</b>	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mit Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
<b>Skitourenschuh</b>	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
<b>Freerideschuh</b>	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
<b>Pistenskischuh</b>	Alpinski	Skipiste
<b>Snowboard Boots</b>	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](http://www.patagonia.com)

**TRENTINO**  
visittrentino.info

Unser touristischer Partner



Rucksäcke von Deuter — bestechendes Design und hohe Funktionalität  
[www.deuter.com](http://www.deuter.com)



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839  
[www.roeckl.de](http://www.roeckl.de)



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme  
[www.leki.com](http://www.leki.com)



Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer  
[www.rother.de](http://www.rother.de)



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte  
[www.ortovox.com](http://www.ortovox.com)



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition  
[www.seeberger.com](http://www.seeberger.com)



Qualität, Innovation und bestechendes Design für den Berg- und Klettersport  
[www.petzl.com](http://www.petzl.com)

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.