

# **AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE**

REISE: MTB Türkei: Trans Ağri - Zum kleinen Ararat

REISECODE: RAMARA

$\equiv$	= Link zu unserer Produktempfehlun
	* Anzeige

#### **AUSRÜSTUNG** 픨 1 Reisetasche groß, z.B. 140l inkl. TSA-Schloss ☐ Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre) Fahrradschlosss (dünnes Kabelschloss vgl. kleines Biketool KryptoFlex 5mm, kleines Vorhängeschloss) Mountainbike (empfohlen Full Suspension) 뼅 Radrucksack ca. 25l + Regenhülle Mountainbike-Schuhe mit Profil 圖 Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B) **BEKLEIDUNG** 圖 圖 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm 픨 圛 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster 鮋 Bequeme Kleidung und Schuhe für die Hütte Dünne Windstopper Fingerhandschuhe 픨 鮋 Fahrradhandschuhe Funktionsunterwäsche (schnell trocknend) 圔 圔 Halstuch/Neckgaitor ■ Hardshellhose (wasserdicht, atmungsaktiv) 鮋 Mütze (unter den Helm passend) Hardshelljacke (wasserdicht, atmungsaktiv) 厘 圔 Pullover/Jacke Überziehhandschuhe (wasserdicht, atmungsaktiv) Wechselwäsche ZUSÄTZLICHES 圔 Dichtungsmilch Elektrolytgetränkepulver 뼅 ■ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax Fotoapparat, Handy, Ladegerät 圖 Gletscher- / Sonnenbrille Kleines Waschzeug, Reisehandtuch Kreditkarte Kreditkarte/EC-Karte 圔 Kugelschreiber LED-Stirnlampe mit Batterien 뼅 Notfall-Biwaksack z.B. Ortovox Bivi Ultralight Persönliche Medikamente Reiseapotheke Reisepass oder Personalausweis 圔 Sonnenbrille ■ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+) 圔 Stirnlampe Taschentücher Trink-/Thermosflasche (bruchfest mind. 1l oder nach \textbf{!...} Toilettenpapier Trinkflasche (1l nach Bedarf auch mehr) und ☐ Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter) Lunchbox (zur Vermeidung von Plastikmüll)

### **OPTIONAL**

Nüsse, Trockenobst)

■ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade,

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

Antibakterielles Hautreinigungsgel		Fahrradschloss	鮋
Feuchttücher		Gesäßcreme	
GPS-Gerät (falls vorhanden) inkl. 2 Sätze Lithium-		Lesestoff, Topografische Karte	
Batterien		Sitzkissen (faltbar)	
	$\Box$	Tacchonmoscor	$\blacksquare$

### 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
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