



# AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Crossbike Transalp: Salzburg - Grado

REISECODE: RACGRA

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung  
\* Anzeige

## AUSRÜSTUNG

- |                                                                                                                 |                                                                                   |                                                                                  |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 1 Paar leichte Sandalen                                                                |                                                                                   | <input type="checkbox"/> 1 Paar Rad-Überschuhe                                   |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> 1 Paar Sportschuhe                                                                     |                                                                                   | <input type="checkbox"/> 1 Satz Bremsbeläge                                      |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> 2 Mantelheber                                                                          |                                                                                   | <input type="checkbox"/> eigenes Pedalsystem (im Falle eines Leihrades)          |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> Ersatzschlauch                                                                         |                                                                                   | <input type="checkbox"/> Ersatzspeichen, Speichenschlüssel                       |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre)                                         |  | <input type="checkbox"/> Flickzeug                                               |  |
| <input type="checkbox"/> Kettenöl und Lappen                                                                    |                                                                                   | <input type="checkbox"/> kleines Biketool                                        |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> Luftpumpe                                                                              |                                                                                   | <input type="checkbox"/> Mountainbike-Schuhe mit Profil                          |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> Radrucksack ca. 25l + Regenhülle                                                       |  | <input type="checkbox"/> Sport-/Trekkingtasche fürs Wochengepäck (maximal 15 kg) |                                                                                     |
| <input type="checkbox"/> Trekking- oder Tourenrad mit bergtauglicher Übersetzung und geländetaugliche Bereifung |                                                                                   |                                                                                  |                                                                                     |

## BEKLEIDUNG

- |                                                                                            |                                                                                     |                                                                                          |                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 2 Funktionsunterhemden mit kurzem Arm                             |    | <input type="checkbox"/> 2 Rad-Shirt lang oder Armlinge                                  |    |
| <input type="checkbox"/> 2 Rad-Shirts mit kurzem Arm                                       |   | <input type="checkbox"/> 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster                                 |   |
| <input type="checkbox"/> 2 Radhosen lang mit Sitzpolster oder Beinlingen                   |  | <input type="checkbox"/> Fahrradhandschuhe                                               |  |
| <input type="checkbox"/> Handschuhe lang (wind und wasserdicht)                            |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Primaloft- oder dünne Daunenjacke                               |  |
| <input type="checkbox"/> Regenjacke (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material) |  | <input type="checkbox"/> Überhose (wind- und wasserabweisendes, atmungsaktives Material) |  |
| <input type="checkbox"/> Wechselwäsche                                                     |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Windbreaker                                                     |  |

## ZUSÄTZLICHES

- |                                                                   |                                                                                     |                                                                                            |                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Bargeld                                  |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Elektrolytgetränkepulver                                          |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape    |  | <input type="checkbox"/> Handdesinfektionsmittel                                           |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Handtuch                                 |  | <input type="checkbox"/> Insektenschutz                                                    |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Kamera, Smartphone, Ladegerät            |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Kreditkarte/EC-Karte                                              |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Persönliche Medikamente                  |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Reiseapotheke                                                     |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Reisepass oder Personalausweis           |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Sonnenbrille                                                      |  |
| <input type="checkbox"/> Sonnencreme & Lipenschutzcreme (LSF 30+) |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Stirnlampe                                                        |  |
| <input type="checkbox"/> Toilettenartikel                         |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter)                        |                                                                                       |
| <input type="checkbox"/> Universaladapter                         |                                                                                     | <input type="checkbox"/> Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst) |                                                                                       |

## OPTIONAL

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 Fahrradschloss  
 GPS-Gerät/Tacho



 Gesäßcreme  
 Herzfrequenzmesser



ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

## Hinweise

- 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 mt 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.