



AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE




REISE: MTB Transalp: Vom Tegernsee zum Kalterer See

REISECODE: RAMTEG











ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

 = Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige





AUSRÜSTUNG

- 1 Paar leichte Sandalen
- 1 Paar Sportschuhe
- 2 Mantelheber
- Ersatzschlauch
- Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre) 
- Kettenöl und Lappen
- Luftpumpe
- Mountainbike-Schuhe mit Profil
- Sport-/Trekkingtasche fürs Wochengepäck (maximal 15 kg)
- 1 Paar Rad-Überschuhe
- 1 Satz Bremsbeläge
- eigenes Pedalsystem (im Falle eines Leihrades)
- Ersatzspeichen, Speichenschlüssel
- Flickzeug 
- kleines Biketool
- Mountainbike XC / AM
- Radrucksack ca. 25l + Regenhülle 

BEKLEIDUNG

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

ZUSÄTZLICHES

- Bargeld
- Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape 
- Insektenschutz
- Kreditkarte/EC-Karte
- Reiseapotheke
- Sonnenbrille 100%ige UV-Absorption 
- Stirnlampe 
- Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter)
- Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- Elektrolytgetränkpulver
- Handtuch 
- Kamera, Smartphone, Ladegerät
- Persönliche Medikamente
- Reisepass oder Personalausweis
- Sonnencreme & Lippenchutzcreme (LSF 30+)
- Toilettenartikel
- Universaladapter

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 |
|----------------------|--|---|
| 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 mit 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



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



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



Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.com



Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de



Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com



Wandelliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de



Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com



Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.