

Mountain Aktiv

RAD · SPORT · KURSE

Check

Bikestart Kleidung am Körper	Radschuhe / feste Turnschuhe	
	Socken	
	Radhose /MTB Shorts	
	Radtrikot	
	Funktionsunterhemd	
	Helmpflicht	
	Sonnenbrille	
	Handschuhe	
	Trinkflasche	
	Bargeld	
	Energieriegel	
	Pulsmesser empfohlen	
	Tagesrucksack	Maske
Wechselhemd		
Regenjacke		
Regenhose (falls vorhanden)		
Sonnencreme		
Mütze oder Multifunktionstuch		
Windjacke / - weste		
Trinkblase oder Trinkflasche		
Wärmeleidung		
Spezielle MTB Ausrüstung für mittlere und schwere Tour empfohlen	Reparaturset mit Schlauch, Pumpe	
	Fahrradcomputer / Pulsuhr	
	ev Schloss	
	Bikehandytool empf.	
	Rettungsdecke	
Sonstiges	Ausweis	
	Persönliches Erste Hilfe Set bei Allergien	
	Fotoapparat oder Handy	
Rad	komplett durchgechecktes Rad	
	neuwertiger Mantel	