

PACKLISTE FÜR ETAPPEN-TOUREN

Ein Fully ist empfehlenswert. Das Mountainbike (MTB) sollte sich in einem guten Zustand befinden, und Verschleißteile sollten nicht kurz vor dem Austausch stehen. Die folgende Liste enthält Gegenstände, die erfahrungsgemäß benötigt werden. Was Sie letztlich mitnehmen, bleibt Ihnen überlassen – dennoch sind die rot markierten Gegenstände Pflicht!

Mitzunehmen sind:

Reisetasche für die Etappenorte (Unterkunft)

- Pullover
- Kurze und lange Hose
- Socken
- Wechselkleidung (Sportsachen / Unterwäsche)
- Waschzeug
- Sitzcreme (empfehlenswert)
- Ladegerät für Handy/Fotokamera
- Getränkezusatz (Pulver etc.)
- Müsliriegel
- Fahrradschloss

Radzubehör

- Ein Satz neue Bremsklötze
- Mindestens 1 Ersatzschlauch
- Minitool
- 1 Kettenschloss
- Kettenöl
- Satteltasche
- Trinkflaschen

Radbekleidung während der Tour

- Helm (Pflicht!)
- Radbrille
- Langfinger-Handschuhe
- Enganliegende Bekleidung (empfehlenswert)
- Radhose, Trikot (je nach Witterung kurz/lang)
- Sportschuhe (MTB-Schuhe empfehlenswert)

Im Rucksack während der Tour

- Wind- und Regenbekleidung
- Langarm-Trikot
- Ggf. Camelbak (Trinkblase)
- Handy
- Fotokamera
- Verpflegung nach eigenem Ermessen
- Erste-Hilfe-Set
- Müsliriegel (empfehlenswert)
- Bargeld für Einkehr in Gasthäusern