

Mountainbiketouren Vorschlag Packliste *)

Am Mann/Frau

- | | Check |
|---|--------------------------|
| ➤ Fahrradhelm | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Sonnenbrille | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Bikehose, -trikot | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Funktionssocken | <input type="checkbox"/> |
| ➤ MTB- Schuhe | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Kurzfingerhandschuhe | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Trinkflasche(n) | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Optional: Navigationsgerät, Pulsuhr + Brustgurt, Kamera | <input type="checkbox"/> |

Im Rucksack

- | | Check |
|--|--------------------------|
| ➤ Wechselwäsche (Trikot, Funktionswäsche-, socken) | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Regenjacke | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Arm-/Beinlinge | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Mütze + warme Handschuhe | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Verpflegung | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Geldtasche, Führerschein | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Handy | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Sonnen- und Lipenschutz | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Gebietsführer/Karten | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Erste-Hilfe-Set | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Stirnlampe | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Reserveschlauch, Reservebremsbeläge | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Luftpumpe | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Werkzeug | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Mülltüte/Drecksack | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Taschentuch, 1 Klopapierrolle | <input type="checkbox"/> |
| ➤ Optional: Reserveakkus Kamera | <input type="checkbox"/> |

*) Diese Liste stellt einen Anhalt dar und erhebt keinesfalls Anspruch auf Vollständigkeit!