

### Mountainbike

- Technisch einwandfreies Mountainbike
- Rucksack (mit ausreichend Volumen, ggf. eingearbeitetem Rückenprotector)
- Trinkflasche oder Trinksystem
- Fahrradhelm
- Fahrradbrille
- Fahrradhandschuhe
- Fahrradpumpe, passender Ersatzschlauch und kleines Reparaturset
- Protectors werden ausdrücklich empfohlen
- Erste Hilfe Set
- Witterungsangepasste Kleidung

Ausrüstungslisten für mehrtägige Touren, Alpenüberquerungen o.ä. sind beim Tourenleiter anzufordern.