

### Bekleidung

- 2 Radtrikots
- 2 Funktionsunterhemden
- 2 gepolsterte Radhosen, ggf. eine Baggyshort
- Unterhosen
- 3 Paar Socken
- Regenhose
- Regenjacke
- Armlinge & Beinlinge
- MTB-Schuhe
- MTB-Handschuhe

### Ausrüstung unterwegs

- Bike-Rucksack (25-40 Liter), mit Regenschutz
- MTB-Helm
- Fahrradbrille
- Handy
- Handy-Ladegerät
- Kartenmaterial
- Power- und Energieriegel für die Tagesetappen
- Sonnencreme
- Erste-Hilfe-Set
- Bargeld & EC-Karte
- Dokumente (Personalausweis, Tickets etc.)
- 

### Werkzeug & MTB-Kleinteile

- Mini-Tool
- 2 Ersatzschläuche
- Mini-Luftpumpe
- Kettenschloss
- Kabelbinder
- Ersatzschaltkabel
- Kleine Schaufel (fürs tägliche Geschäft)
- 

### Für die Hütte

- Warme Jacke, T-Shirt und Freizeithose
- Flip-Flops
- Mikrofaserhandtuch
- Hüttenschlafsack
- Stirnlampe
- Oropax
- Alpenvereinsausweis
- Mikrofaserhandtuch
- Kulturbeutel
- Reise-Duschgel
- Zahnbürste und -pasta
- Deo
- Gesäßcreme
- Reiseapotheke bei Bedarf

