Bike and Hike
Ausrüstungsliste

Bekleidung je nach Witterung

- Dünne Haube (tragbar unter Helm)
- Fahrradhandschuhe
- Jacke, wind- und wasserdicht
- Kurze und langärmlige Funktionsshirts
- Primaloft- oder Fleecejacke
- Rad- & Wanderhose + Regenüberhose
- Wechselkleidung

Technische Ausrüstung

- Radhelm
- technisch einwandfreies Mountain- oder Elektro-Mountainbike
- Wanderschuhe oder wandertaugliche Mountainbikeschuhe

Allgemeine Ausrüstung

- Bargeld
- Erste Hilfe mit Leukotape
- Jause für tagsüber
- Mobiltelefon aufgeladen
- Toilettenartikel
- Trinkflasche mind. 1,5l

Optionale Ausrüstung

- entsprechende topographische Karte (z.B. AV-Karte, ÖK)
- Fahrradreparaturset
- Kamera
- Kamera + GPS + Höhenmesser
- Persönliche Medikamente
- Sonnenbrille + Sonnencreme + Lippstick + Kapperl
- Teleskopstöcke

Falls etwas ausgeliehen werden muss, bitte um rechtzeitige Kontaktaufnahme!

Freiluftleben OG
Kreuzbergpromenade 38, 5026 Salzburg, AUSTRIA | info@freiluftleben.at | +43 664 64 664 23
Raiffeisenbank Gunskirchen-Umweltcenter, IBAN: AT97 3412 9000 0893 3905 | BIC: RZOOAT2L129