

Ausrüstungsliste

MB-GK Mountainbike Grundkurs

MB-AK1 Mountainbike Aufbaukurs 1

MB-AK2 Mountainbike Aufbaukurs 2

T-MB Mountainbike Touren

<input type="checkbox"/>	•	Rucksack + Regenschutz
<input type="checkbox"/>	•	Wetterschutz (Jacke, Überhose)
<input type="checkbox"/>	•	Wärmeschutz/-jacke
<input type="checkbox"/>	•	Sonnenschutz (Gletscherbrille, Hut, Creme, Lippenstift)
<input type="checkbox"/>	•	Trinkflasche (unzerbrechlich), Thermoskanne (mind. 1 ltr)
<input type="checkbox"/>	○	Stirnlampe
<input type="checkbox"/>	•	Erste-Hilfe-Set inkl. Rettungsdecke, pers. Medikamente
<input type="checkbox"/>	○	Biwaksack (a)
<input type="checkbox"/>	○	Karte (b), Höhenmesser, Mobiltelefon
<input type="checkbox"/>	○	Führer, Kompass, GPS, Planzeiger (b)
<input type="checkbox"/>	•	DAV-Ausweis, Personalausweis, Krankenversicherungsausweis
<input type="checkbox"/>	○	Rettungsweste für Fahrgemeinschaften
<input type="checkbox"/>	○	Hüttenschlafsack (c), kleiner Kulturbeutel (c)
<input type="checkbox"/>	•	Mountainbike
<input type="checkbox"/>	•	Fahradhelm, Fahrradbrille
<input type="checkbox"/>	•	Fahradhandschuhe
<input type="checkbox"/>	•	Fahrradhose
<input type="checkbox"/>	•	Pumpe, Ersatzschlauch, kleines Reparaturset

Legende

- Zwingend notwendig, muss jede*r dabei haben
- Wird bei der Vorbesprechung geklärt
- (a) Im Ausrüstungslager ausleihbar, bei rechtzeitiger Reservierung (ca. 4 Wochen vor Kurs, Tour)
- (b) Im Ausrüstungslager erwerbbar
- (c) In der Geschäftsstelle erwerbbar



Ressort Mountainbike

Kontakt:

ressortmountainbiken@alpenverein-regensburg.de