

Bikepark Tasche

PACKLISTE

www.mtb-lounge.com

SCHUTZAUSRÜSTUNG

- Fullface-Helm
- Rückenpanzer mit Schulterprotektoren
- Ellenbogenprotektoren
- Knieprotektoren
- Goggle

MTB-KLEIDUNG

- Jersey (lang und kurz)
- MTB-Hose
- Gepolsterte Radhose (viel pedalisieren)
- 2 Paar Handschuhe
- 2 Paar MTB-Socken
- MTB Schuhe
- Baselayer
- Sport BH
- Windbreaker
- Halstuch
- Kappe
- Schlappen

BIKE

- Bike
- Schläuche/Dichtmilch
- Reifenheber
- Luftpumpe
- Multi-Tool (Inbus, Torx)
- Kettenfett/-öl
- Schmutzbürste

DOKUMENTE

- Personalausweis
- Führerschein
- Krankenkassenkarte
- Zettel mit Telefonnummern
- Geld/EC-Karte

HYGIENEARTIKEL

- Sonnenschutz
- Haarbürste und Zopfummis
- Kontaktlinsen
- Taschentücher
- Tampons
- Kopfschmerztabletten

ESSEN

- Datteln
- Gekochte Eier
- Energieriegel
- Wasser
- Traubenzucker
- Mahlzeit für nach dem Biken

TECHNIK

- Handy
- Ladekabel
- Action Cam

ERSTE-HILFE-SET