AUSRÜSTUNGS- UND BEKLEIDUNGSLISTE

REISE: Mountainbike Besteigung Kilimandscharo 5895 m

REISECODE: RAMTAN

ERFAHRUNG, QUALITÄT, KOMPETENZ AM BERG.

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins | Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

= Link zu unserer Produktempfehlung
* Anzeige

AUSRÜSTUNG

- ❑ 1 Paar Sportschuhe
- ❑ Kleine Tasche (zur Deponierung von nicht benötigter Ausrüstung während des Trekkings)
- ❑ Therm-a-Rest-Matte (einfache Isoliermatten werden gestellt)
- ❑ Fahrradschlosss (dünnes Kabelschloss vgl. KryptoFlex 5mm, kleines Vorhängeschloss)
- ❑ 1 Paar leichte Sandalen
- ❑ Stabiler Berg- oder Trekkingschuh (Kat. B/C)
- ❑ Schlafsack (1000 g Daune Tcomfort –8°C lt. EN13537 Daune 90/10, 650+ cuin Fillpower)
- ❑ Fahrradhelm (Pflicht, nicht älter als 5 Jahre)
- ❑ Mountainbike (empfohlen Full Suspension)
- ❑ Robuste Reisetasche/Duffelbag für die Umrundung (max. 1 Gepäckstück mit max. 12 kg). Bitte bringen Sie eine Tasche mit, da das Gepäck mit Yaks oder Trägern transportiert wird
- ❑ Radrucksack ca. 25l + Regenhülle

BEKLEIDUNG

- ❑ Funktionsjacke (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung)
- ❑ 1 Trekking oder Sporthose
- ❑ Funktionshose (wind-/wasserdicht, mit Membranenverarbeitung)
- ❑ Funktionsunterwäsche (schnell trocknend)
- ❑ Fahrradhandschuhe
- ❑ Handschuhe lang (wind und wasserdicht)
- ❑ Daunenjacke/-weste
- ❑ Pullover/Jacke
- ❑ 2 Radhosen kurz mit Sitzpolster
- ❑ Badekleidung
- ❑ Bequeme Kleidung und leichte Schuhe für die Unterkunft
- ❑ Funktionsunterhose (lang, dünn)
- ❑ T-Shirts/Hemden
- ❑ Halstuch/Neckgaitor
- ❑ Mütze (unter den Helm passend)

ZUSÄTZLICHES

- ❑ Kleines Waschzeug, Reisehandtuch
- ❑ Gletscher- / Sonnenbrille (Kategorie 4/100%ige UV-Absorption)
- ❑ Insektenschutz
- ❑ Sonnencreme & Lippenschutzcreme (LSF 30+)
- ❑ Kamera, Smartphone, Ladegerät
- ❑ Thermosflasche (bruchfest mind. 1l)
- ❑ Zwischenverpflegung (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, Trockenobst)
- ❑ Erste Hilfe Set, Blasenpflaster, Tape, Ohropax
- ❑ Toilettenpapier
- ❑ Handdesinfektionsmittel
- ❑ Reiseapotheke
- ❑ Elektrolytgetränkepulver
- ❑ LED-Stirnlampe mit Batterien
- ❑ Trinksystem (oder Radflasche min. 2 Liter)

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

OPTIONAL

- ❑ Gesäßcreme
- ❑ Fahrradschloss
- ❑ GPS-Gerät/Tacho

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

Ersatzteile

❑ Ersatzschlauch
❑ 2 Mantelheber
❑ Flickzeug
❑ Bremsbeläge
❑ Kettenöl und Lappen
❑ kleines Bike-Tool
❑ kleine Luftpumpe
❑ Schaltauge

Hinweise

- Bitte beachten Sie, dass Ihre Taschen sowohl beim Transfer zum Kilimandscharo Nationalpark als auch bei einer eventuell gebuchten Safariverlängerung oft auf den Dächern der Autos transportiert werden müssen. Aus diesem Grund empfehlen wir Ihnen strapazierfähige und wasserdichte Reisetaschen.
- Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Ausrüstung die entsprechenden Normen erfüllt und vermeiden Sie "exotische" Teile an Ihrem Rad. Sollten Sie diese dennoch haben, denken Sie an entsprechende Ersatzteile.
- Bitte beachten Sie, dass Ihre Trinkflasche keine PET-Flasche ist. PET-Flaschen sind nicht erlaubt.
- Bitte beachten Sie, dass Ihre Trinkflasche/n ein Volumen von ca. 3l fassen sollten.
- **Bitte entlüften Sie Ihre Schreibenbremsen vor dem Abflug**

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

TABELLE DER SCHUHKATEGORIEN MIT EINSATZANGABEN

SOMMER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
A	Freizeit, Alltag, Reise, Walking	Gute Wege, Parkanlagen
A/B	Leichte Wanderungen im Flachland, im Mittelgebirge oder in den Voralpen	Gute und weniger gute Wege, Hüttenwege
B	Anspruchsvolle Wanderungen in Mittelgebirge oder Alpen, leichte Trekkingtouren	Geeignet auch auf schlechten Wegen und Steigen
B/C	Anspruchsvolle Trekkings, harte Wanderungen, bis Hochgebirge	Auch auf schlechten Pfaden und Trails, in Geröll, Klettersteige
C	Touren im Hochgebirge, auf Gletschern, härteste Trekkingtouren	Gletscher, schlechteste Wege oder auch weglos, in Geröll und auf Klettersteigen
D	Absolut steigeisenfeste Bergschuhe	Weglos, Gletscher, Eistouren extrem
Kletterschuhe	Fels- oder Hallenklettern	Kletterrouten im alpinen Gelände und Sportkletteranlagen

WINTER

Schuhkategorie	Aktivität	Terrain
B	Hohe winterfeste Trekkingstiefel mit Profilsohle (empfohlen: Gore Tex o.ä.) Schneeschuhgehen und Winterwanderungen	Im verschneiten Gebirge auch auf vereisten Wegen, auch im Einsatz mt Schneeschuhen, Grödel oder Steigeisen
Skitourenschuh	Skitourengehen und Skibergsteigen	Freies Skigelände, auch im Einsatz mit Steigeisen
Freerideschuh	Ski Plus und Freeride	Varianten Gelände
Pistenskischuh	Alpinski	Skipiste
Snowboard Boots	Snowboard- Splitboardtouren, Freeride	Skipisten, Varianten Gelände, Freies Skigelände auch im Einsatz mit Schneeschuhen

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

UNSERE EMPFEHLUNGEN FÜR IHRE AUSRÜSTUNG

patagonia

Produktqualität und Umweltschutz
www.patagonia.com

TRENTINO
visittrentino.info

Unser touristischer Partner

deuter

Rucksäcke von Deuter – bestechendes Design und hohe Funktionalität
www.deuter.com

PETZL Access the inaccessible

Qualität, Innovation und bestechendes Design fürden Berg- und Klettersport
www.petzl.com

DYNAFIT

Skiausrüstung von Dynafit
www.dynafit.com

Roeckl SPORTS

Traditionsmarke für hochwertige Sporthandschuhe seit 1839
www.roeckl.de

LEKI

Innovative Stöcke und Handschuhsysteme
www.leki.com

ROTHER BERGVERLAG

Wanderliteratur für Bergsteiger und Kletterer
www.rother.de

ORTOVOX

Experte für Lawinennotfallausrüstung und anspruchsvollste Bergsportprodukte
www.ortovox.com

Seeberger

Natürliche Ernährung auf Trekking & Expedition
www.seeberger.com

DIE BERGE SIND UNSER ZUHAUSE. AN JEDEM ORT.

DAV Summit Club GmbH | Bergsteigerschule des Deutschen Alpenvereins
Anni-Albers-Straße 7 | 80807 München | Telefon +49 89 642 40-0 | www.dav-summit-club.de | www.summit-bike.de

SUMMIT Bergreisen weltweit dav-summit-club.de

SUMMIT summit-bike.de