



MOUNTAINBIKE

WAS GEHÖRT IN DIE SATTELTASCHE

- MINIAPOTHEKE MIT GAZEverband, PFLASTER, WUNDREINIGER, SALBE, SCHEERE, SCHNUR, PERSÖNLICHE MEDIKAMENTE WIE SCHMERZMITTEL, INSULIN, USW.
- INSEKTEN SPRAY, ZECKENWERKZEUG
- MINITOOL ZUR SELBSTREPARATUR
- FEUERZEUG ODER STREICHHOLZ
- SACKMESSER, VIELZWECKMESSER
- SCHLAUCH, PATRONENPUMPE
- KABELBINDER

WAS GEHÖRT IN DIE TRIKOT-TASCHE

- NATEL
- RIEGEL ODER SONST ESSBARES
- GEL, GETRÄNKEPULVER
- WINDSCHUTZ

DIE GROSSE TOUR

RUCKSACK

- SCHLAUCH, FALTPNEU
- WERKZEUG
- APOTHEKE, PERSÖNLICHE MEDIKAMENTE, INSEKTENSCHUTZ (FENISTIL)
- GLEITMITTEL
- WÄSCHE, 2. TRIKOT, SOCKEN, ARM-UND BEINLINGE, JACKE, WINDSCHUTZ.
- NAHRUNG, RIEGEL, GETRÄNKEPULVER
- MICROPUR (WASSERENTKEIMUNGS-TABLETTEN)
- FLICKZEUG, NADEL, FADEN.