

Ausrüstungsliste

Name	Produktname	Gewicht in gr.	am Körper in gr.	Anteil am Gesamtgewicht in % (grafisch)
Lager		Summe:	2725	
(Sommer-)Schlafsack	Nordisk Salo 205	985		■■■■■■■
Schlafmittel	Kissenbezug (40x40), Maske, Ohrstöpsel	60		
Fahrradtaschen	Ortlieb BackRoller 40l	1680		■■■■■■■■■■
Küche		Summe:	75	
Besteck	Göffel + Wenger Multimesser	75		
Klamotten		Summe:	2547	3010
Hose	G-1000 Zip		750	■■■■■
Windbreaker	The North Face Flight Series		500	■■■■
T-Shirt	Vaude Microfaser		200	■■■
U-Hose	Vaude Microfaser		100	■■
Socken	Falke TK2		60	■
Schuhe	North Face PINYON XCR		1400	■■■■■■■■■■
Ersatz-Hose	G-1000 Zip	750		■■■■■
Fleece	Haglöfs Twice Jacket	325		■■■
2tes T-Shirt	Vaude Microfaser	200		■■■
2te / 3te U-Hose (wegen Wolf 3 St.)	Vaude Microfaser	200		■■■
Badeshorts	Adidas	210		■■■
Ersatzsocken	Falke TK2	60		■
Lagersocken	normale Socken	60		■
Jacke (Regenabwehr)	North Face Venture Hyvent	690		■■■■
Hut (Wasserabweisend / UV-Schutz)	The North Face Breeze Brimmer Hat	40		■
Mückennetz	passend zum Hut	12		
Sonnenbrille (mit Polarisationsfilter)	Fossil, Hülle	160		■
Kulturbeutel		Summe:	550	
Zahnputzzeug	Zahnbürste, Zahnpasta	40		
Handtuch	MSR Mikrofaserhandtuch	25		
Klopapier	1x	110		
Notfalltasche	(Kopf-)Schmerz-, Durchfall-, Halswehtabletten Minipackung Sonnencreme Autan, Fenistil, Zeckenschlinge Pflaster (reguläre und Compeed), Verband, Wundauflage, Wunddesinfektion, Rettungendecke, Erste-Hilfe-Handschuhe Umverpackung (Care Plus Basic Tasche)	300		■■
Taschentücher	2x Tempo	75		■
Sonstiges		Summe:	1420	
Kartenmaterial / Kompass	Karte, Recta DS40	150		■
Reisetagebuch	Heft, Schreibmaterial	125		■
Persönliches	Ausweis, Geld, Schlüssel in Ziplock	50		
Handy	iPhone	160		■
Reparaturen	Nadel/Faden, Schnürsenkel, SeamGrip mit Flickstücken, 5x Kabelbinder, Cache- Reparaturset (Fotodose, Tape, kleine Zettel)	35		
Reparaturen Fahrrad	Luftpumpe, 2x Ersatzschlauch, Mantelheber, Fahrradschloß, Multiwerkzeug, Reifendruckprüfer	600		■■■■
Wasserdicht verpacken / Müll	Tüten + Ziplock Beutel	300		■■■
Verbrauch		Summe:	1970	
Getränk	Zitronenteepulver	170		■
Snacks	Müsliriegel	300		■■■
Wasser (täglich neu)	für Verbrauch am Tag auf Tour 2x 0,75L	1500		■■■■■■■■■■

Am Fahrrad: 9287 am Körper: 3010

Gesamtgewicht	12297	Belastung für das Rad	kg
Am Fahrrad	9287	Fahrradgewicht	15
Körper	3010	Fahrer + Am Körper	108
		Gepäck	9
Gepäck Gesamtgewicht	9287	Gesamt:	132
Lager	2725		
Küche	75	Fahrrad max. Auslegung	130
Klamotten	2547	Übergewicht	2
Kulturbeutel	550		
Sonstiges	1420		
Verbrauch	1970		