

Dinge für den Tag – Eine Packliste

- **Geländetaugliches Mountainbike** (das Bike sollte nicht mehr als 15 kg wiegen; bitte achtet bei einer evtl. Neuanschaffung darauf, dass das Fahrrad als geländetauglich zertifiziert ist. Hinweis: Räder aus Bau- oder Supermärkten sind oft nicht geländetauglich, auch wenn sie so aussehen!!)
- **Fahrradhelm, Fahrradhandschuhe**, wenn vorhanden Knieschoner
- Flickzeug, Ersatzschlauch,
- Snack für die Mittagspause
- Genügen Flüssigkeit
- Klamotten, in denen Du dich gut (und länger) bewegen kannst
- Je nach Wetterprognose: Regenkleidung

Haftungserklärung

Mir ist bekannt, dass Mountainbiken ein gefährlicher und verletzungssträchtiger Sport ist. Hiermit verzichte ich auf die Geltendmachung von vertraglichen und deliktischen Ansprüchen gegen den Veranstalter, außer wenn sie auf Vorsatz oder grober Fahrlässigkeit beruhen. Für Verlust oder Schäden am Rad hafte ich selbst.

Die beigegefügte **Fahrradcheckliste** habe ich verstanden und abgearbeitet.

Ort und Datum: _____

Unterschrift des Teilnehmers _____

(Bei Minderjährigen der/die Erziehungsberechtigten)

Fahrradcheckliste

Wir möchten Euch bitten, eure Räder anhand dieser Liste vor der Abfahrt sorgfältig zu überprüfen. Nur ein vollfunktionsfähiges Rad sorgt für sicheres Bike-Vergnügen:

- Bremsen
Zustand der Bremsbeläge vorne und hinten, Bremszüge
- Bereifung
Mantel muss noch Profil haben und darf keine Risse aufweisen
- Putzen: Vor dem Ölen der mechanischen Teile unbedingt den Sand und sonstigen Schmutz entfernen.
- Kette und Gangschaltung können vorsichtig geölt werden. Beim Ölen dringend beachten, dass nichts auf Bremsscheibe oder Felge tropft!
- Alle Schrauben auf festen Sitz kontrollieren: Sattel, Laufräder, Lenker, Kurbel, Tretlager, Pedalen...
- Schutzbleche (falls vorhanden) abmontieren
- Auf der Tour braucht ihr hoffentlich nichts davon: Flickzeug (Minipackung), Ersatzschlauch (Reifengröße und Ventilart beachten), Luftpumpe