# 

# Information/Hinweise zur Technik/ Ausrüstung

**bei Teilnahme an den Ausfahrten und Sonderaktionen**

Da wir uns oft in technischem Gelände , bei wechselnden Untergründen/ Wetterlagen , eventuell an ausgesetzten Stellen etc. bewegen sollte eine Überprüfung des Bike‘s vor jeder Ausfahrt durchgeführt werden . Dies kann grundsätzlich jeder selbst machen (der es sich zutraut !) oder Guide/ Betreuer fragen , des Weiteren kann man das Bike mit einem Mitfahrer zur Überprüfung tauschen oder macht eine Überprüfung in der Gruppe bei der jeder Teilnehmer ein Bauteil/ Funktionsgruppe anspricht (diese Variante wird von der DIMB bei den Schulungen praktiziert) .

* Dies dient der eigenen Sicherheit/Gesundheit und hilft den jeweiligen Guides/Betreuern das die Ausfahrt oder das Tour-Ziel sicher/ohne vermeidbare Unterbrechung erreicht werden kann
* **Bei Auffälligkeiten während der Ausfahrt , sofort prüfen was los ist und nicht hoffen das es schon gutgehen wird !!**
* Im optimal Fall das Bike nach der Ausfahrt reinigen und dabei Baugruppen/-teile anschauen ob optisch etwas auffällig ist z.B. Beschädigungen , Risse , Verschleiß (Reifen/Bremsen) , Flüssigkeitsverlust (Bremse, Gabel, Dämpfer) , usw.
* Im Anschluss daran reinigen/schmieren von Kette , Gabel , Dämpfer
* Prüfen von Lagerspiel an : Steuersatz , Naben , Hinterbau
* Bei Auffälligkeiten am besten sich gleich um die Instandsetzung kümmern , sei es selbst oder vom Fachmann
* Bei Ausfällen auf/während der Tour die verbrauchten Teile/ Material wieder besorgen (Nachfüllen) , bei Notlösungen diese nicht vergessen „richtig“ zu reparieren !!
* min. 1x im Jahr eine Inspektion durchführen : selbst (bei genügend Erfahrung) , beim „Weisswurst“ Schrauben , Fachhändler

=> Optimaler Weise während der Winterzeit bzw. vor Saisonstart um dann während der Saison „Ruhe zu haben“

* In gewissen Abständen (je nach Beanspruchung/Vorgaben der Hersteller) auch Gabel-/Dämpferservice durchführen/lassen !
* Teile die an der Verschleißgrenze sind vor größeren Ausfahrten/Aktionen/ Saisonstart vorsorglich tauschen
* Hilfe/Unterstützung : bei Fragen zu Inspektion, Reparatur, Austausch, Umbau, Teileversorgung durch die jeweiligen Guides/Betreuer

**Diese Tipp‘s und Hinweise sind wichtig für die eigene Sicherheit und das die jeweiligen Tages-/Etappenziele der Gruppe nicht gefährdet werden :**

* bei Mehrtagestouren hängen eventuell Unterkunftsbuchungen , Abfahrtszeiten (Shuttle , Bahn , Lift , usw.) dran
* Die Verantwortung der Guides/Betreuer ist die Sicherheit der Teilnehmer ! d.h. Bike vor der Abfahrt zu prüfen , möglichst die Mängel sofort beheben und wenn nötig Teilnehmer nicht mitnehmen
* Ausfälle während der Tour , wenn nicht möglich zu reparieren : abholen lassen oder über eine „sichere“ Route/mit Begleitung nach Hause zu fahren/bringen
* Dies gilt für alle Gruppen , bei Mini-/Jugendgruppe sind die Eltern zu benachrichtigen (mündlich oder schriftlich/email) !!

**Notfallausrüstung / Ersatzteile :**

* Ersatzschlauch => auf die richtige Laufradgröße (auch Reifendurchmesser) /Ventilart achten
* Reifenheber , Flickzeug (eventuell Minipumpe)
* Schaltauge => passend zum eigenen Bike
* 1x Satz Bremsbeläge => passend zur jeweiligen Bremsanlage , es können auch angefahrene/gebrauchte sein (wenn sonst noch in Ordnung)
* Multitool incl. 25er Torx , plus eventuelle individuelle Sondergrößen , Kettennieter
* 1x Schaltzug , ca. 3 – 5 Kabelbinder
* Kettenschloß passend zur Schaltungsvariante (8-,9-,10-,11-fach)
* Verbandspäckchen und Rettungsdecke

**Sonstige Ausrüstung :**

* Der Witterung angepasste Kleidung , eine Wind-/Regenjacke sollte standardmäßig immer dabei sein (auch im Sommer !)
* Protektoren können mitgenommen werden , bei entsprechenden Ausfahren auf Ansage
* Vor der Ausfahrt genügend Essen/Trinken als Grundlage
* Ausreichend Getränke mitnehmen , lieber etwas mehr mitnehmen => auch in der kalten Jahreszeit !
* Je nach Streckenlänge genügend zu Essen mitnehmen (Brot,Obst,Kekse,usw.) , als Reserve 1 – 2 Riegel (Schoko,Körner,etc.) in den Rucksack packen