

Pakkeliste

Mountainbike-rundrejse i Atlasbjergene gennem oaser og ørken

Pakkeliste

Vi har udarbejdet en pakkeliste som hjælp til dig, når der skal pakkes til rejsen. Pakkelisten indeholder nogle generelle informationer, samt hvad det er godt at medbringe på den aktuelle rejse.

Pakkelisten skal opfattes som en vejledning til hvad du KAN medbringe, og ikke som en liste over ting, som du SKAL medbringe på rejsen, da ens behov og ønsker kan være meget individuelle. Vores erfaringer er imidlertid, at de nævnte ting er gode at medbringe.

Bagage

STORBAGAGE

Din bagage bliver transporteret fra sted til sted på taget af vores følgebiler. Bagagen dækkes til med en kraftig presenning – alligevel anbefaler vi, at du pakker indholdet i din taske i en stor plastiksæk, for at undgå eventuel indtrængen af støv eller regn. Vi henstiller til, at du på grund af den begrænsede plads i følgebilerne kun medbringer ét styk storbagage på cykelturen. Samtidig anbefales det at pakke din storbagage i en duffelbag, vadsæk, stor sportstaske eller lignende, da en hård kuffert er mere besværlig at laste på følgebilerne.

DAGSTURSRYGSÆK

På turen skal du medbringe en mindre rygsæk til de ting du skal bruge i løbet af dagen på cykelturen. Rygsækken skal have en størrelse på minimum 15-20 liter og kunne indeholde 2-3 liter vand, overtrækstrøje, førstehjælp og madpakke (en enkelt dag). Rygsækken kan bruges som [håndbagage på flyrejsen](#).

POSE

Det anbefales at have en mindre pose (evt. en almindelig plastikpose) med i følgebilerne til evt. skiftetøj og sko undervejs på cykelturen, da du ikke har adgang til storbagagen i løbet af dagen.

Sovepose, lagenpose og liggeunderlag

Det er ikke nødvendigt at medbringe sovepose, medmindre du drømmer om at tilbringe natten under stjernehimlen på et tidspunkt. Der er dyner og puder alle steder. Det kan dog anbefales at medbringe en fleecpose eller en tynd sovepose i vinterperioden, da det kan være koldt om natten på nogle af stederne.

- Cykelhjem (obligatorisk)
- Tyndt tørklæde (Buff eller lignende) til at have på under cykelhjelm
- Gode cykelhandsker
- Camelbag drikkesystem eller vandflasker til minimum 2 liter vand (skal medbringes)
- Cykelsko. Der er almindelige pedaler på udlejningscyklerne. Det anbefales at medbringe et par sko (vandresko eller lignende) med en relativ hård sål.
- Evt. SPD eller MTB cykelsko med klamper OG egne pedaler (skal man selv kunne montere).
- Evt. egen cykelsadel

Tøj

- Polstrede cykelbukser
- Evt. løse cykelshorts
- 1-2 kortærmede cykel T-Shirts
- 1 langærmet cykeltrøje
- Tynd vind- og vandtæt jakke
- Evt. tynde regnbukser
- Svedtransporterende undertøj
- En tynd dunjakke
- Let hue og handsker
- Rejsetøj/bytøj til dagene i Marrakech
- Badetøj til turen i sommerperioden (spørg evt. på kontoret)

Diverse

- Gode solbriller til cykelturen
- Vandtætte sko til turens indlagte vandreture.
- Solcreme og læbepomade med høj faktor
- Sandaler eller futter til at have på efter cykelturen/og i Marrakech
- Kamera
- Toiletartikler
- Pas, valuta, sygesikringsbevis og rejsedokumenter
- Medicin til eget brug inkl. plaster og andet første hjælp
- Alkoholgel til håndvask før picnidlunch
- Vådservietter
- Håndklæde
- Evt. ørepropper
- Myggespray
- Pandelampe eller lommelygte

Specifikke turbemærkninger

Med hensyn til påklædninger er Marokko et ret liberalt land, særligt når vi er ude på cykelturene. Det er dog velset at være mere tildækket, når man er i byerne og blandt de lokale. For mændenes vedkommende betyder dette langebukser og en kortærmet bluse. For kvinderne er det bedst med tildækkede skuldre og knæ. Det kan evt. blot være en "slå-om-nederdel".

På denne tur har du lidt tid på egen hånd til Marrakech. Vi har samlet vores anbefalinger til seværdigheder og oplevelser, som er værd at besøge på egen hånd. [Se vores anbefalinger til Marrakech her.](#)

Bemærk venligst

Vi medbringer en førstehjælpstaske til brug i nødsituationer. Er der medicin, du bruger regelmæssigt, skal du selv sørge for at medbringe rigeligt til hele rejsen. Husk at medbringe Imodium eller lignende for eventuelle maveproblemer på rejsen.

[Klik her for at komme retur til Rejsen kort](#)