

PACKLISTE **HÜTTENTOUR**

(BITTE SO PACKEN DASS MAX. 6 KG IM RUCKSACK SIND, BZW. MAX. 7,5 KG MIT TRINKSYSTEM!)

FÜR UNTERWEGS



- Helm
- Bike- u. Sonnenbrille mit UV-Schutz
- Regenjacke
- Regenhose
- ggf. Windbreaker o. Fleece
- (Langfinger-) Handschuhe
- 1 Radhose kurz
- ggf. Radhose lang o. Beinlinge
- 1 Kurzarm-Trikot
- 1 Paar Radsocken
- Buff-Tuch (für Hals o. Kopf)
- Radschuhe
- Taschentücher
- Lippenpflegestift UV
- Sonnencreme (Faktor 12-30)
- Ersatzschlauch
- Schalttauge
- Ersatzbremsbeläge
- Licht + Warnweste (Pflicht in Italien!)

IM GEPÄCK, EMPFEHLEN WIR



- 1 leichter Pulli für abends
- 1 leichte Freizeithose lang
- 1 Paar Wechselsocken
- 1 Schlafanzug/-shirt
- Unterwäsche
- Badeschlappen
- leichte Freizeit-/Hüttenschuhe
- Hüttenschlafsack

PERSÖNLICHES



- ggf. optische Brille + Etui
- ggf. Kontaktlinsen/-Pfleagemittel und -Behälter
- Waschzeug in Probeformat (gibt es im Drogerie-Markt)
- Shampoo und/oder Waschgel
- Hautcreme/After Sun
- Zahnbürste/-pasta
- Kleines Handtuch

HARDWARE FÜR UNTERWEGS



- Rucksack
- 2 Radflaschen (je 0,75 l) oder Trink-System
- Handy
- 2-3 Energie-/Müsli-Riegel
- Fruchtschnitten oder Gel-Packs

SONSTIGES



- Fahrradschloss
- Ersatzschlauch
- Ersatzbremsbeläge
- Schalttauge
- Mini-Tool (Werkzeug)

WENN ES MAL ZWACKT



DAS ERSTE-HILFE-SET HABEN WIR DABEI!

evtl. mitbringen:

- Aspirin
- Mückenstift/ -salbe
- Mobilat-Salbe o. ä.
- Gesäß- oder Wundsalbe
- Sonstiges falls notwendig!

(Gesäßsalbe gibt es im Radladen, Wundsalbe in der Apotheke)

AUSWEISE + FINANZEN



- Personalausweis
- Bargeld für Essen und Getränke auf den Hütten

VERPFLEGUNG

- Energie-/Müsli-Riegel
- ggf. Gel-Packs
- Fruchtschnitten
- evtl. Obst (Bananen)

