

# PACKLISTE FAHRTECHNIK

## FÜR UNTERWEGS



- Helm
- Bike- u. Sonnenbrille mit UV-Schutz
- Regenjacke
- Regenhose
- ggf. Windbreaker o. Fleece
- ggf. Radüberziehschuhe
- (Langfinger-) Handschuhe
- 1 Radhose kurz
- ggf. Radhose lang o. Beinlinge
- 1 Kurzarm-Trikot
- 1 Langarm-Trikot/Armlinge
- 1 Paar Radsocken
- Buff-Tuch (für Hals o. Kopf)
- ggf. Mütze für unterm Helm
- Radschuhe
- Taschentücher
- Lippenpflegestift UV
- Sonnencreme (Faktor 12 - 30)
- Ersatzschlauch

## IM GEPÄCK EMPFEHLEN WIR



- 1 Radhose
- 1 Kurzarm-Trikot
- 1 Paar Radsocken
- 1 T-Shirt
- 1 Hemd
- 1 Pullover
- 1 Freizeithose kurz
- 1 Freizeithose lang
- 1 Schlafanzug/-shirt
- Unterwäsche
- Strümpfe
- Badeschlappen
- Schuhe

## PERSÖNLICHES



- ggf. optische Brille + Etui
- ggf. Kontaktlinsen/-mittel u. -behälter
- kleines Handtuch
- (Microfaser-Handtuch evtl. für unterwegs)
- Rasierer
- Waschzeug in Probeformat (Drogerie-Markt),
- Shampoo und/oder Waschgel
- Hautcreme/After Sun
- Zahnbürste/-pasta
- Haarbürste
- ggf. Fön

## 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)

## HARDWARE FÜR UNTERWEGS



- Rucksack
- 2 Radflaschen (je 0,75 l)  
oder Trink-System
- Handy + Ladegerät
- evtl. Kamera, Film, Ladegerät

## AUSWEISE + FINANZEN



- Personalausweis
- ggf. Reisepass
- EC-Karte und/oder Kreditkarte
- Bargeld

## SONSTIGES



- Fahrradschloss
- Ersatzschlauch
- Mini-Tool (Werkzeug)

