

Checkliste für Radsportferien (Frauen)

Radsportausrüstung

Rennrad
Trinkflasche
Helm
Kappe
Tricots (lang, kurz)
Unterziehhemd
Rennhosen (lang, kurz)
Radsocken
Radschuhe
Handschuhe (lang, kurz)
Ueberschuhe
Radlerbrille
Regenschutz
Personalausweis
Sanitatsmaterial

Bekleidung

Ausgekleidung
(Hemd, Hose, Jacke, Pulli)
Ausgeschuhe
Sportschuhe
Trainingsanzug
T-Shirt
Pyjama
Unterwasche
Socken
Badehosen
Hausschuhe
Taschentucher
Frottiertuch
Sonnenhut

Toilette-Artikel

Kosmetikartikel
Parfum / Deodorant
Shampoo
Duschmittel
Hansaplast / DUL-X Bad
Zahnbürste, Zahnpaste
Massagemittel
Sitzcreme / Handtuch
Manicure-Etui
Schmutzwaschesack
Sonnenschutzcreme
Haarlack / Gel
Schaumfestiger / Fohn
Kamm, Haarbürste

Verpflegung

Medikamente
Reiseverpflegung
Div Tabletten
Traubenzucker
Riegel
Isotonisches Pulver

Sonstiges

Reisepass (gültig?)
Reiseprogramm
Geld (Ausland), Checks
Fahr-, Flugkarte
Fotoapparat, Filme
Schreibzeug / Batterien
Sonnenbrille
Regenschirm
Lesestoff
Spielkarten
Thermometer
Reisewecker
Fuhrerschein
Adressliste

Werkzeug

Inbusschlüssel
Pumpe
Flickzeug
Reifenheber
Reserveschlauch
Reservepneu
Schmiermittel
Handwaschmittel
Wascheklammern
Sackmesser
Speichenschlüssel
Putzlumpen
Div. Ladegeräte

Anmerkung:

Annulations-, Unfall-, Kranken- und Ruckhohlversicherung abschliessen!

Jeder fährt auf eigenes Risiko! Helm tragen obligatorisch!

Für Unfälle und körperliche Schaden übernimmt der Veranstalter keine Haftung!

Nützliche Ferientips

Ferienadresse rechtzeitig der Post und Zeitung melden *** Fallig werdende Zahlungen erledigen ***

Schmuck und Wertsachen auf Bank bringen *** Passkopie erstellen *** Ferienadresse deponieren ***

Blumen- und Gartenbesorgung organisieren *** Haustiere unterbringen *** Strom, Gas und Wasser abstellen ***

Boiler und Ölheizung ausschalten *** Kuhlschrank ausschalten und leeren (Türe offen lassen) ***

Tiefkühltruhe braucht Strom *** Fenster und Laden schliessen *** Lichter loschen *** Haustüre abschliessen ***

Post zurückbehalten?

Checkliste für Radsportferien (Herren)

Radsportausrüstung

Rennrad
Trinkflasche
Helm
Kappe
Tricots (lang, kurz)
Unterziehhemd
Rennhosen (lang, kurz)
Radsocken
Radschuhe
Handschuhe (lang, kurz)
Ueberschuhe
Radlerbrille
Regenschutz
Personalausweis
Sanitatsmaterial

Bekleidung

Ausgekleidung
(Hemd, Hose, Jacke, Pulli)
Ausgehschuhe
Sportschuhe
Trainingsanzug
T-Shirt
Pyjama
Unterwasche
Socken
Badehosen
Hausschuhe
Taschentucher
Frottiertuch
Sonnenhut

Toilette-Artikel

Rasierapparat
Rasierwasser
Shampoo
Duschmittel
Fohn
Zahnbürste, Zahnpaste
Massagemittel
Sitzcreme I DUL-X Bad
Handtuch
Schmutzwaschesack
Sonnenschutzcreme
Hansaplast
Deodorant
Kamm, Haarbürste

Verpflegung

Medikamente
Reiseverpflegung
Div Tabletten
Traubenzucker
Riegel
Isotonisches Pulver

Sonstiges

Reisepass (gültig?)
Reiseprogramm
Geld (Ausland), Checks
Fahr-, Flugkarte
Fotoapparat, Filme
Schreibzeug I Batterien
Sonnenbrille
Regenschirm
Lesestoff
Spielkarten
Thermometer
Reisewecker
Fuhrerschein
Adressliste

Werkzeug

Inbusschlüssel
Pumpe
Flickzeug
Reifenheber
Reserveschlauch
Reservepneu
Schmiermittel
Handwaschmittel
Wascheklammern
Sackmesser
Speichenschlüssel
Putzlumpen
Div. Ladegeräte

Anmerkung:

Annulations-, Unfall-, Kranken- und Ruckhohlversicherung abschliessen!

Jeder fährt auf eigenes Risiko! Helm tragen obligatorisch!

Für Unfälle und körperliche Schaden übernimmt der Veranstalter keine Haftung!

Nützliche Ferientips

Ferienadresse rechtzeitig der Post und Zeitung melden *** Fallig werdende Zahlungen erledigen ***

Schmuck und Wertsachen auf Bank bringen *** Passkopie erstellen *** Ferienadresse deponieren ***

Blumen- und Gartenbesorgung organisieren *** Haustiere unterbringen *** Strom, Gas und Wasser abstellen ***

Boiler und Ölheizung ausschalten *** Kuhlschrank ausschalten und leeren (Türe offen lassen) ***

Tiefkühltruhe braucht Strom *** Fenster und Laden schliessen *** Lichter loschen *** Haustüre abschliessen ***

Post zurückbehalten?