

<p><b>Radelsachen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 2 kurze Radelhosen</li> <li>- 1 lange Radelhose</li> <li>- 1 Paar Beinlinge</li> <li>- 2 kurzarmige Radelshirts</li> <li>- 1 langarmiges Radelshirt</li> <li>- leichter Windstopper</li> <li>- fette Radeljacke</li> <li>- 2 Stirnbänder</li> <li>- 1 mal kurze Handschuh</li> <li>- Radschuhe</li> <li>- Helm</li> <li>- Regenponcho</li> <li>- Regenverpack-Tüten</li> <li>- Unterwäsche</li> <li>- Radschuh-Überzieher-Tüten</li> </ul> <p><i>Bei schlechter Wetterprognose:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 mal lange Handschuh</li> <li>- Füßlinge</li> <li>- Lange Hose Reserve</li> </ul> <p><b>Abendgestaltung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- T-Shirt</li> <li>- leichte Jeans</li> <li>- leichter Pulli</li> <li>- leichte Schuhe</li> <li>- Unterwäsche für die Radeltage . ggf. Vorsenden</li> <li>- Kulturbeutel</li> <li>- Kleines Handtuch</li> <li>- extra Dreckwäschebeutel</li> <li>- Tüten für nasse Klamotten</li> <li>- Erste Hilfe Set</li> </ul> <p><b>Unterlagen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Personalausweis</li> <li>- EC Karte</li> <li>- Kreditkarte</li> <li>- Krankenkarte</li> <li>- Bahncard</li> <li>- Adressen Unterkünfte</li> <li>- Geld</li> <li>- Fahrkarte/Platzkarte</li> </ul>	<p><b>Hilfsmittel</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mobiltelefon + Ladegerät</li> <li>- Höhenmesser/Tacho</li> <li>- Radelbrille</li> <li>- Luftpumpe/Dämpferventil</li> <li>- Licht vorn+hinten + Lader</li> <li>- Trinkblase/Flasche</li> <li>- Fahrradschloss</li> <li>- Kartenmaterial</li> <li>- evtl. Garmin mit Karte DE</li> <li>- Schmutzfänger vorn</li> <li>- Gepäckträger hinten</li> <li>- Radelrucksack</li> <li>- Tasche zum Aufschnallen</li> <li>- Aufschnallriemen für Tasche</li> <li>- Wasserdichte Tüte für Tasche</li> <li>- Tüten für Scheißwetter</li> <li>- Fotoapparat + Ladegerät</li> <li>- Energieriegel/Traubenzucker</li> <li>- Magnesiumtabletten</li> <li>- Voltaren</li> <li>- Sonnencreme</li> <li>- Taschentücher/ Klopapier</li> <li>- Zahnstocher/Zahnseide</li> <li>- Mundspülung</li> <li>- Ohrenstöpsel</li> </ul> <p><b>Reparatur</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Werkzeug</li> <li>- Mantelheber</li> <li>- neuen Ersatzschlauch (Ventil!!)</li> <li>- Ersatzbatterie Sender</li> <li>- Sattelspanner</li> <li>- Schaltauge</li> <li>- Schaltseil</li> <li>- Kettenschlösser 9 Gang</li> <li>- Kabelbinder (groß/klein)</li> <li>- kleine Lüsterklemme</li> <li>- Taschenmesser/Leatherman</li> <li>- Drahtstück</li> <li>- Kettenreste</li> <li>- Bremsbeläge</li> <li>- Bremsenabstandshalter</li> <li>- Kettenöl</li> <li>- Flickzeug</li> <li>- Latexhandschuh</li> <li>- Lappen (Hände reinigen)</li> </ul>
--	---