

Unsere Packliste für die 3-Tages-Tour: Siegtal 2009

Tandem:

Janina Lenker: Garmin eTrex vista
Marco Lenker: Garmin GPSmap 60CSx
Mehrere Fahrradflaschen:
Alfi, normale und 1,5 Liter

Lenkertasche

Rotes Täschchen
Sonnenbrille
Kamera + Akkutasche + Stativ
Handy
Fernglas
Anemometer
Taschenmesser
Zugticket/Portemonai
Evtl. Tagesrelevante Karte
Tagebuch + Stift
Visitenkarten, Postkarten
Tesa + Schere
Putzlappen für Zelt u.ä.
Flickzeugtasche (Flicken, Schrauben,
Kabelbinder, Schaltzug, Bremszug u.ä.)
Erste Hilfe:
Mullkompressen
Pflaster
elastische Mullbinden

B.O.B. Yak

Zelt
Plane
Schmutzbürste
Beutel für/mit Schmutzwäsche
2xSchlafsack
2xKopfkissen
2xIsomatten
Decke
Schloss/Chain für Amparo
Pimus Eta Power (Kocher) + Benzinflasche
Medikamente (= Standard Reiseapo):
Ohrenstöpsel (Lärmstopp)
Micropur, (inaktiviert Bakterien im
Wasser)
Fenistil Gel (nimmt den Juckreiz
nach Stichen und kühlt leichten
Sonnenbrand)
Lidl-Sportgel (Prellungen, nicht
offene Quetschungen usw.)
Penatencreme

Nasenspray
Japanisches Heilöl
Iberogast (Pflanzliches
Arzneimittel bei Magen-Darm-
Erkrankungen)
Lopedium (bei akutem Durchfall)
Pantozol 40 (magensaftresistente
Tabletten)
Buscopan plus (bei
Bauschmerzen, Krämpfen,
außerdem schmerzstillend)
ASS-ratiopharm 500 (Schmerzen
und Fieber)
Paracetamol
Antibiotikum (für den ultimativen
Notfall)
Natron (gegen Sodbrennen)
Autan
Pflaster

Pflege:

Zahnbürsten
Zahnpasta
Duschgel
Shampoo
Deos
Parfüm
Nagelknipser
Haarbürste
Rasierschaum und Rasierer
Sonnencreme
Tissueprodukte
2x Handtücher

Dinge wie Penatencreme, Sportgel, Spüli
sind in kleine Behälter abgefüllt!

Hintere Ortliebtasche rechts

Garderobe-Marco:
Rainlegs
Regenüberschuhe
Schuhe (an)
Buftuch
Socken
Unterhosen
T-Shirts
Hemden
Fliespullover
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)
Radhose
Lange Hose
Zip-Hose
Kurze Hose
Windbreaker
Badehose
Schlüssel

Hintere Ortliebtasche links

Garderobe-Janina:
Rainlegs
Regenhose und Jacke
Regenüberschuhe
Schuhe (an) + Sandalen
Buftuch + Handschuhe
Schirmmütze
Socken
Unterhosen
Blusen
T-Shirts
Fliesjacke
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)
Skishirt
Radunterhose
Lange Hose
Mittellange Hose
Windbreaker
Anorak
Badeanzug + Schwimmbrille
Handy-Ladegerät
Solarradio
Reise-Kalaha (Spiel)
Karten
Schlüssel

Lowridertasche rechts

Essgeschirr:
Besteck
Schneide-Brett
Teller
Becher
Faltschüssel
Faltsieb
Waschbecken (2x)
Lederetui:
Dosenöffner
Streichhölzer
Feuerzeug
Tütchen
Seil mit Wäscheklammern
Nähzeugdose + Angelschnur
Flammenwerfer
Müllbeutel
Spülschwamm, Spüli, Küchentuch
Lebensmittel

Grundnahrungsmittel in beiden
Lowridertaschen:
Gewürze
Reis/Spaghetti
Instant-Kaffee, Weißer und Tee
Nutella + Marmelade
Müsli + Milchpulver
Brot
Kekse
Obst
Vitamin-tabletten

Lowridertasche links

Werkzeug
Schraubendreher kreuz
Schraubendreher flach
Inbusschlüssel
Sägeblatt
Kombi-Zange
Seitenschneider
Luftpumpe
Akkus
Taschenlampe
Lebensmittel