

## Unsere **Tandem-Packliste**: Zuiderzeeroute, August/September 2009

### **Tandem:**

Janina Lenker Garmin vista HCx  
Marco Lenker: Garmin GPSmap 60CSx  
Mehrere Fahrradflaschen:  
Alfi, 2x normale und 2x 1,5 Liter

### **Lenkertasche**

Rotes Täschchen  
Sonnenbrille  
Kamera + Akkutasche + Stativ  
Handy  
Fernglas  
Anemometer  
Taschenmesser Camping  
Portemonnai  
Evtl. tagesrelevante Karte  
Tagebuch + Stift  
Visitenkarten + Postkarten  
Stiftdose samt Schere  
Erste Hilfe:  
Mullkompressen  
Pflaster  
elastische Mullbinden

### **B.O.B. Yak-Anhänger**

Tischdecke und 4 Magnete für BOB-Tisch  
Zelt + Plane  
2x Schlafsack  
2x Kopfkissen  
2x Isomatten (Therm-a-rest Trail lite reg + Standard lite)  
Camping-Decke  
Reise-Hängematte  
Putzlappen für Zelt u.ä.  
Schmutzbürste  
Beutel für/mit Schmutzwäsche  
Schloss/Chain für Amparo  
Pimus Eta Power (Kocher) + Benzinflasche  
Wassersack 10l mit Duschaufsatz  
Solarradio  
Reise-Kalaha (=Spiel)  
6 Jonglierkeulen  
Werkzeug  
Flickzeugtasche (Flicken,  
Kabelbinder, Schrauben, u.ä.)  
Speichen  
Speichenschlüssel  
Luftpumpe

Gewebeband  
Schraubendreher kreuz  
Schraubendreher flach  
Inbusschlüssel  
15er Maulschlüssel  
Sägeblatt  
Zange  
Seitenschneider  
Hammer

### Medikamententasche (= 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  
Lopidium (bei akutem Durchfall)  
Pantozol 40 (magensaftresistente Tabletten)  
Buscopan plus (bei Bauchschmerzen, Krämpfen, außerdem schmerzstillend)  
ASS-ratiopharm 500 (Schmerzen und Fieber)  
Paracetamol  
Antibiotikum (für den ultimativen Notfall)  
Natron (gegen Sodbrennen)  
Autan  
Mullkompressen  
Pflaster  
elastische Mullbinden

### Pflege/"Kulturbeutel":

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  
Gore-Jacke  
Gore-Schuhe (an)  
Bufftuch  
4 Socken  
5 Unterhosen  
2 T-Schirts  
3 Hemden  
Fliespullover  
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)  
1 Radhose  
2 Zip-Hosen  
Kurze Hose  
Badehose  
Schirmmütze

#### Schlüssel

#### Weitere Karten

Handy-Ladegerät und weitere Ladegeräte für Pentax, Satmap  
Ersatz-Akkus  
Taschenlampe/Stirnlampe

### **Hintere Ortliebtasche links**

#### Garderobe-Janina:

Rainlegs  
Regenhose und Gore-Jacke  
Regenüberschuhe  
Gore-Schuhe (an)  
Bufftuch + Handschuhe  
Schirmmütze  
4 Socken  
4 Unterhosen  
3 Blusen  
Fliesjacke  
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)  
Skishirt (universal)  
1 Radunterhose  
Lange Hose

Mittellange Hose  
Kurze Hose  
Windbreaker  
Badeanzug + Schwimmbrille

#### Schlüssel

### **Lowridertasche rechts + links**

#### Essgeschirr:

Je 2x Besteck  
1x Schneide-Brett  
1x Löffel f. Primus  
2x Teller  
2x Becher  
2x Faltschüssel  
1x Faltsieb  
2x Waschbecken

#### Lederetui:

Dosenöffner  
Streichhölzer  
Feuerzeug  
Tütchen  
Seil mit Wäscheklammern  
Nähzeugdose + Angelschnur

#### Flammenwerfer

#### Müllbeutel

Spülschwamm, Spüli, Küchentuch  
Lebensmittel

#### Grundnahrungsmittel:

Gewürze  
Reis + Spaghetti  
Instant-Kaffee und Tee  
Nutella + Marmelade  
Müsli + Milchpulver  
Brot  
Kekse + Riegel + Salzgebäck  
Obst  
Ahoi-Brause

#### Weitere Nahrungsmittel