

Packliste Radurlaub

Kleidung	Kosmetik	Sportkleidung	Radzubehör	Sonstiges	Sportnahrung	Reiseproviant
Unterhosen	Sonnencreme	Helm	2 x Ersatzschlauch	Hotelbuchung	Riegel ca. 15 Stck.	Studentenfutter
Unterhemden	Zahnbürste	Radschuhe	Flickzeug	Flugticket / Radticket	Recovery	Nüsse
Badeschuhe	Akkustation	Radhosen	Ersatzmantel	EC-Karte/Eurocard	Orthomol	Wasser
Socken	Zahnpasta	Trikots	Luftpumpe	Kleiner Geldbeutel	Powerbar isotonisch	Äpfel
T-Shirt	Gesichtscreme	Radsocken	Spiralschloss	Reiseführer/Unterlagen	Cellagon	Bananen
Hemden	Körperlotion	Armlinge	alternativ: Schloss+Stahlseil	Landkarten	L-carnitin	Bonbons
Pullover	Shampoo	Beinlinge	2x Trinkflaschen	Handy + Ladestation	Gels (Squeezy, o.ä)	Pfefferminz
Weste	Duschgel	Sportsocken	Werkzeug	genügend Bargeld	Magnesium	Balistoriegel
Hosen	Seife	Sportunterhemden	Schwamm	Digitalkamera + Ladegerät	Getränkepulver	
Jacke	Bürste	Sportbrille	Brillentücher	Bücher		
Schuhe	Fön	Radweste	Pedale	Tasche/Rucksack		
Birkenstock	Deo	Radhandschuhe	Tacho	Adressbuch		
Jogginghose	Nassrasierer	Windjacke	Garmin, Brustgurt, Ladegerät	Unterlagen Ausl.versicherung		
Badehose / Badetuch	Rasierschaum	Regenjacke	Garmin Halter + Kabelbinder	Führerschein		
Handtuch	After-Shave	lange Radhose	Kettenspray	Rei in der Tube		
Gürtel	Handcreme	Laufschuhe	Sattel	Kugelschreiber		<b>Arzneimittel</b>
Schlafanzug	Haargel	Pulsmesser + Gurt	(Leinen)beutel für Radkeller	Kartenspiel		Thomapyrin
	Gesäßcreme	Kappe		Wäscheleine und Klammern		Aspirin
		Kopftuch Radhelm		Wecker		Hansa-Plast
				Armbanduhr		Roßkastaniengel
				Sonnenbrille		Kühlgel
				Kleiderbügel		Verbandstasche
				MP3 Player + Akkus		Halspastillen
				Kopfhörer		
				Nackenhörnchen		
				Packliste Radkeller		
				feuchte Tücher		

## Packliste Radkeller

<b>Radkeller</b>
(Leinen)beutel
Radschuhe
Radhelm
Radhandschuhe
Kopftuch Radhelm
Sportbrille
Trinkflaschen
Tacho / Garmin
Gels (Squeezy, o.ä)
Riegel
Geldbeutel
Handy
Digitalkamera
Luftpumpe
Ersatzschlauch
Werkzeug
Sonnencreme