

Paklijst fietsvakantie

Deze paklijst geldt als handleiding voor het maken van meerdaagse fietstochten, echter geldt deze lijst als basis lijst waaruit jezelf aan de hand van de te maken fietstocht je eigen lijst samenstelt immers moet je andere spullen mee nemen voor een fietstocht van een halfjaar in Zuid-Amerika dan voor een drie daagse tocht met overnachting in B&B's in de Belgische Ardennen. Natuurlijk moet je er ook voor zorgen dat uw fiets in goede staat is voordat U aan meerdaagse fietstocht begint.

Veel fietsplezier.

Kleding:

- ✓ •Fietshelm
- ✓ •Synthetische T-shirts
- ✓ •Fleece sweater/jasje
- ✓ •Windjasje
- ✓ •Ademende regenjas, broek en waterdichte sokken
- ✓ •Korte (fiets)broeken
- ✓ •Lange fietsbroek
- ✓ •Koers(onder)broeken
- ✓ •Onderbroeken
- ✓ •Sokken (Coolmax/Thermolite)
- ✓ •Zwemkleding
- ✓ •Thermokleding
- ✓ •Fietsschoenen en slippers
- ✓ •Fietshandschoenen

Kookspullen:

- ✓ •Borden en mokken
- ✓ •Bestek + schilmesje
- ✓ •Blikopener (of alles in één, een zwitsers zakmes)
- ✓ •Houten spateltje
- ✓ •Pannen
- ✓ •Herbruikbare tubes (boter & jam) of kant en klaar tubes als Fred en Ed
- ✓ •Benzinebrander of gasbrander
- ✓ •Windschermpje
- ✓ •Reserveonderdelen voor benzine-brander
- ✓ •Brandstofflesje
- ✓ •Lucifers (waterproof)/aansteker
- ✓ •Suiker en thee
- ✓ •Instant soep
- ✓ •Waterfilter of Filtrix rietje als je naar een land reist waar drinkwater schaars is
- ✓ •Waterzakken (10 liter, geen kleinere!)
- ✓ •Noodrantsoenen
- ✓ •Peper en zout
- ✓ •Afwasmiddel
- ✓ •Schuursponsje (halve!) en theedoek

Slaap- en tentspullen:

- ✓ •Tent
- ✓ •Reserve buigstok/hulsje
- ✓ •Haringen
- ✓ •Lange scheerlijn (waslijn)
- ✓ •Slaapmatjes/selfinflating
- ✓ •Slaapzakken/lakenzakken
- ✓ •kussenslopen of Therm-a-Rest kussen
- ✓ •Oordoppen
- ✓ Toiletartikelen:
- ✓ •2 super-absorberende handdoekjes (beter dan één grote)
- ✓ •Washandjes (er is maar een volk in de wereld dat washandjes gebruikt...)
- ✓ •Toiletpapier
- ✓ •Tampons
- ✓ •Tandpasta en -borstel
- ✓ •Shampoo
- ✓ •Desinfecterende zeep
- ✓ •Borstel en/of kam
- ✓ •Scheerapparaatje
- ✓ •Contactlensvloeistoffen
- ✓ •Contactlenszuigertje
- ✓ •Reservelenzen en spiegeltje
- ✓ •Flesje oogspoelwater
- ✓ •Bril in stevige koker
- ✓ •Autan/Tropenzorg (50% DEET)
- ✓ •Zonnemelk (factor 4 en 10)
- ✓ •Aftersun
- ✓ •Potje Nivea
- ✓ •Lippenvet (factor hoog)
- ✓ •Universele rubber stop
- ✓ •Nagelknipper
- ✓ •Papieren zakdoeken
- ✓ •Miniatuur wasknijpers
- ✓ •Condooms (man/vrouw)

Gereedschap:

- ✓ •Vliegveld: brede tape en dikke stift
- ✓ •Plakspullen + bandenlichters
- ✓ •Nieuwe solutie (ieder jaar!)
- ✓ •Teflon olie (beter dan spray!)
- ✓ •Pomp en drukmeter
- ✓ •Schroevendraaiertje
- ✓ •Evt. Bhaco en ringsteeksleutels
- ✓ •Steeksleutel no. 15 t.b.v. pedalen
- ✓ •Inbussleutels
- ✓ •Kettingpons
- ✓ •Spakenspanner
- ✓ •Zadelspanner (Brooks zadels)
- ✓ •Slangenklemmetjes
- ✓ •Tie-wraps!!
- ✓ •Noodspaken (Simson) of reservespaken (2 maten)
- ✓ •RVS reservekabels voor derailleurs en remmen
- ✓ •Evt. Reserveboutjes en ringetjes
- ✓ •Reservebinnenband
- ✓ •Zwitsers legermes
- ✓ •Multitool
- ✓ •2 platte sleutels
- ✓ •Reserveremblokjes
- ✓ •Cranktrekker
- ✓ •Reservebuitenband

EHBO-set:

- ✓ •Opvouwbaar schachtje
- ✓ •Rek- en normaal verband
- ✓ •Gaasjes en wonddeppers
- ✓ •Verbandgaas en klemmetjes
- ✓ •Pleisters
- ✓ •Dermaplast (geen Leukoplast)
- ✓ •Betadinezalf (let op datum)
- ✓ •Tijgerbalsem
- ✓ •Menthol talkpoeder (Prickly Heat)
- ✓ •Norit
- ✓ •Imodium
- ✓ •Paracetamol
- ✓ •ORS
- ✓ •De pil
- ✓ •Vitaminepillen
- ✓ •Lichte antibioticumkuur
- ✓ •Malariaprofylaxe
- ✓ •Vaccinaties
- ✓ •Veiligheidsspelden
- ✓ •Koortsthermometer (digitaal)
- ✓ •Splinterpicet
- ✓ •Noodfluitjes (roepen kost veel energie)
- ✓ •Draad & Garen
- ✓ •Steriele injectienaalden, spuiten, hechtnaalden etc. met Engelstalige verklaring van arts (voor eigen medisch gebruik)
- ✓ •Tekentang
- ✓ •Click-away tegen muggenbulten en jeuk
- ✓ •Waterzuiveringstabletjes
- ✓ •Diversen:
- ✓ •Boekje met verkleinde kopieën van o.a.
- ➔ - Paspoort (lange reis: zakenpasp.)
- ➔ - Rijbewijs
- ➔ - Vaccinatiepaspoort
- ➔ - Toeristenkaarten
- ➔ - Verzekeringpapieren
- ➔ - Vlieg, Trein- of bustickets
- ➔ - Travellerscheques en giropasje
- ➔ - Koopbewijs cheques
- ➔ - Adressen/noodnummers
- ➔ - medische indicatie/bloedgroep
- ✓ •Pasfoto's
- ✓ •Telefoonkaart/GSM
- ✓ •Moneybelt
- ✓ •Cash geld (\$/€ in frame of stuur)
- ✓ •Notitieboekje + schrijfgerei
- ✓ •Bindriemen
- ✓ •Hoofdlampje met superledjes
- ✓ •Kompasje (aan moneybelt)
- ✓ •Fotooestel + reservebatterijen
- ✓ •Lenstissues
- ✓ •Kleine verrekijker
- ✓ •Wekker/Horloge
- ✓ •Wereldontvanger/ MP3 speler
- ✓ •GPS
- ✓ •Rekenmachine
- ✓ •Kilometerteller (onder stuur)
- ✓ •Zonnebril (UB-A en AV-B werend)
- ✓ •Weggeefdingetjes
- ✓ •Leesboek/reisgids
- ✓ •Landkaarten
- ✓ •Woordenboek
- ✓ •Dun kabelslot (met hangslot voor •kamerdeur)
- ✓ •Hangslotjes voor de tent
- ✓ •Reservesleutels
- ✓ •Waterdichte fietstassen
- ✓ •Zak om de fietstassen in het vliegtuig te transporteren (€ 2,-)

