

Mens

- Toiletgerei & medicijnen;
- Zonnebrandcrème
- verzorging voor het zitvlak / Uiercreme.
- Oordopjes tegen het gesnurk....

Vervoer

- Fiets + passende reserve binnenband
- Accu + voorzien van sticker met uw naam erop
- Oplaadapparaat + voorzien van sticker met uw naam erop
- Deken voor inpakbescherming van de fiets in de vrachtwagen
- 2 sloten op de fiets. Een slot op de fiets zelf en een kettingslot

Papierwinkel

- ID bewijs / Zorgpas / Verzekeringpolis (Paspoort of Identiteitsbewijs, een rijbewijs is in het buitenland geen geldig ID bewijs !)
- Hebt u een eigen reisverzekering? De organisatie heeft geen verzekering voor gestolen camera's, fietsen e.d.
- Boeken en/of spelletjes;

Kleding e.d.

- Kleding:
 - Goede fietsbroek met zeemleer erin. Gebruik: zónder onderbroek, anders werkt het niet. Is op-één-na de beste bescherming tegen doorzitplekken. 100 km fietsen is 100 km zitten!
De beste bescherming is oefenen: zitvlees aankweken. Daarom is spinnen zo nuttig, ook als u niet heel fanatiek mee doet. Of veel buiten fietsen natuurlijk.
 - ▶ Het handigst is 2 setjes fietskleding, dan kun je dagelijks wisselen en de andere set wassen en drogen.
 - Warme en waterdichte kleding en zonnekleding; *zo simpel mogelijk*
 - Slaapkleding
 - Ondergoed voor ná het fietsen.
 - Muts/pet;
 - dunne handschoenen voor 's morgens op de fiets
- Zonnebril; evt. leesbril
- (Fiets) schoenen; slippers/sandalen

Spullen

- Telefoon en oplaadapparaat/-snoer
- Zaklampje voor op de slaapzalen.
- Als u het hebt: een opgeladen powerbank. Dat is een reserveaccu voor de telefoon. U sluit het snoertje van uw oplader aan op de powerbank, dan heb je stroom ook zonder stopcontact. Werkt met een passend snoertje ook voor een navigatieapparaat.
- Zakmes?

U krijgt van ons:

- Wind/regenjack
- Fietshelm
- Rugzakje

Niet meenemen

- *Neem géén waardevolle spullen mee.* Die kunnen alleen maar kwijt raken!
- Ook al wordt uw bagage vervoerd, dat is geen reden om veel mee te nemen. *Beperk u tot het noodzakelijke.*