

<b>Übernachtungen</b>	Anz	1
<b>Personen</b>	Anz	2

Checkliste   Kleidung	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Beutel für Schmutzwäsche	1	
Unterwäsche + Socken	2	
Hose lang	1	
Hose kurz	1	
Gürtel	1	
T-Shirts/Polo-Shirts	2	
Pulllover	1	
Schlafanzug	1	
Fleecejacke	1	
Regenjacke	1	
Badehose*	1	
Handtuch	1	
Ersatzbrille	1	
Sonnenbrille*	1	

Checkliste   Kulturtasche	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Deodorant	1	
Duschgel	1	
Zahnputzzeug	1	
Sonnencreme	0	
Rasierzeug	0	
Kamm/Bürste	0	
Nagelset	1	
Wattestäbchen	1	
Feuchttücher	1	
Toilettenpapier	1	
Taschentücher	1	
Pflaster	1	
Zeckenkarte	0	
Mückenspray	0	
Persönliche Medikamente	1	
Blasenpflaster	1	
Erste-Hilfe-Set	1	
Schmerzmittel (Kopfschmerzen)	1	
Imodium® akut lingual	1	

Checkliste   Ausrüstung	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Zelt /-tasche*	0	
Zeltnägel + Spannseile/-gummi*	0	
Gummihammer/Heringszieher*	0	
Klappspaten	0	
Campinglampe/Taschenlampe	1	
Isomatte/Luftmatratze	1	
Aufblasbares Kopfkissen	1	
(Hütten-) Schlafsack	1	
Campingstuhl /-tisch	1	

Kühlbox	0	
Reisewasserkocher	1	
Grill /-kohle /-anzünder	0	
Feuerzeug/Streichhölzer	0	
Gaskocher + Gaskartuschen	1	
Kochgeschirr/-besteck Set	0	
Taschenmesser/Multitool	1	
Campinggeschirr /-besteck	2	

Küchenrolle	1	
Spülmittel /-wanne	1	
Geschirrtuch/Schwamm	1	
Müllbeutel	1	
Wasserkanister, faltbar	0	
Waschmittel	0	
Wäscheleine /-klammern	0	
Handfeger und Schaufel	1	

CE-Stecker	0	
Mehrfachsteckdose/Kabeltrommel	1	
Ladegeräte + Ladekabel	1	
Akkus/Batterien/PowerBank	1	
Handy	1	
Kopfhörer	1	
Digitalkamera	0	
eBook-Reader	1	
Strandmuschel /-tuch	0	

Checkliste   Essen + Trinken	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Kaffee (Instant) / Tee / Zucker	1	
Brot / Brötchen / Belag	2	
Müsli / Milch	0	

Dosenfutter / Tütensuppen	0	
Nudeln	0	
Ketchup / Saucen	0	

Fleisch / Würste / Vegetarisches	0	
Salz und Pfeffer	0	

Snacks	0	
--------	---	--

Soft Drinks	0	
Wasser	8	

Checkliste   Dokumente	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Reisepass bzw. Personalausweis	1	
Krankenkassenkarte	1	
Auslandskrankenversicherung	1	
Impfausweis	1	
Führerschein	1	
Fahrzeugpapiere	1	
Grüne Versicherungskarte	1	
EC- bzw. Kreditkarte	1	
Notruf- und Sperrhotlines	1	
Buchungsunterlagen	1	
Kopien aller wichtiger Dok.	1	

Checkliste   Sonstiges	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Dokumente auf Gültigkeit prüfen	1	
Standby-Geräte ausschalten	1	
Heizung abdrehen	1	
Wasserversorgung für WM/ SP abst.	1	
Fenster und Türen verschließen	1	
Müll entsorgen	1	
Akkus aufladen	1	

Checkliste   Allgemein	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>

Checkliste   Schwimmen	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Anti-Beschlag-Mittel	1	
Ersatzschwimmbrille	1	

Checkliste   Radfahren	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Panzertape/Gewebeband	1	
Standluftpumpe	1	
Ersatzschlauch	1	
Werkzeug	1	
Stilles Wasser (für Wettkampf)	1	
Montageständer	1	
Kabelbinder (für Startnummer)	1	
Seitenschneider	1	
Transporttasche (z. B. Vorderrad)	1	
WD-40 Universalspray	1	

Checkliste   Laufen	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Schnürsenkel	1	
Schnur-Verschluss-Stopper	1	

Checkliste   Allgemein	Anz	☑
Herzfrequenzgurt*	1	
Sportuhr*	1	
Triathlon-Einteiler	1	

Checkliste   Schwimmen	Anz	☑
Neoprenanzug*	1	
Ohrstöpsel*	1	
Badekappe	1	
Schwimmbrille	1	

Checkliste   Radfahren	Anz	☑
Trinkflasche (zum Abspülen)*	1	
Handtuch klein*	1	

Socken	1	
Arm- & Beinlinge*	1	
Schuhlöffel*	1	
Schuhe MTB	1	
Brille	1	
Helm	1	
Trikot*	1	
Wind-/Regen-Jacke/Weste*	1	
Mountainbike	1	
Handschuhe*	1	

Trinkflasche	1	
Energie Gel*	2	
Miniwerkzeug*	1	
Pannenspray*	1	
CO2 Ersatzkartusche*	2	
CO2 Kartuschenpumpe*	1	

ActionCam*	1	
ActionCam Mount*	1	

Checkliste   Laufen	Anz	☑
Schuhe	1	
Startnummernhalter	1	
Cap*	1	

Inhalt   Allgemein	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Jogginganzug	1	<input type="checkbox"/>
Blasenpflaster	1	<input type="checkbox"/>
Kanüle (Blasen aufstechen)	1	<input type="checkbox"/>
Erste-Hilfe-Set	1	<input type="checkbox"/>

Inhalt   Schwimmen	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
		<input type="checkbox"/>

Inhalt   Radfahren	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Kärcher Mobile Outdoor Cleaner OC 3	1	<input type="checkbox"/>
Fahrradreiniger	1	<input type="checkbox"/>
Bike Reinigung Set	1	<input type="checkbox"/>
Kettenöl /-fett	1	<input type="checkbox"/>
Latexhandschuhe	1	<input type="checkbox"/>
Waschpaste	1	<input type="checkbox"/>
Lappen	1	<input type="checkbox"/>

Inhalt   Laufen	Anz	<input checked="" type="checkbox"/>
Kompressionssocken	1	<input type="checkbox"/>