

Auflistung persönliche Ausrüstung

Qualifying zum 24 h Rennen 2 Tage

Bezeichnung	Einheit	Menge	erl.
Unterwäsche (Unterhosen, BH, T-Shirt)	Satz	5	
Socken	Paar	6	
Thermounterwäsche (falls vorhanden)	Satz	2	
Hosen	Stück	3	
Pullover	Stück	3	
Freizeitbekleidung (Jogginghose/- jacke) (Freischicht)	Satz	1	
Nachtwäsche	Satz	2	
Handtuch	Stück	2	
Badetuch	Stück	1	
Seife, Duschbad, Shampoo, Zahnputzzeug, Kamm, Bürste, Deo	Satz	1	
Monatshygieneartikel (Damen)	Ausreichend		
Badelatschen (Flip-Flops)	Paar	1	
Schuhe (Festes Schuhwerk für die Strecke mit Schnürsenkel)	Paar	2	
Freizeitschuhe	Paar	1	
Jacke (Für die Strecke)	Stück	2	
Freizeitjacke	Stück	1	
Rucksack / Tasche	Stück	1	
Schal, Mütze, Kappe	Satz	1	
Handschuhe	Paar	2	
Thermoskanne + Tasse (Beschriftet mit Name und gewünschter Inhalt)	Satz	1	
Butterbrotsdose	Stück	2	
Luftmatratze (gestellte Betten 90 x 200)	Stück	1	
Schlafsack	Stück	1	
Kissen, Decke	Satz	1	
Handyladekabel	Stück	1	
Trillerpfeife	Stück	1	
Schreibzeug	Stück	1	
Gurtmesser	Stück	1	
Warnweste	Stück	1	
Armbanduhr (Funkuhr)	Stück	1	
Schutzbrille (bei Brillenträgern : Ersatzbrille)	Stück	1	
Sitzgelegenheit	Stück	1	
Postenausrüstung (Wetterschutz, Plane, Pavillion, Schirm)	Satz	1	
Toilettenpapier / feuchtes Toiletten Papier (DIXI Toiletten)	Rolle	1	
Händedesinfektionsmittel	Kittelflasche	1	
Medikamente (notwendige Medikationen) -> info an AL	Ausreichend		
Schmutzwäschebeutel	Stück	1	
Sonnen-/ Insektenschutz	Satz	1	
Regenschutz	Satz	1	
Taschenlampe + Ersatzbatterien	Stück	1	
Taschentücher	Ausreichend		
Lippenpflegestift / Handcreme	Stück	1	
Gehörschutz (Oropax)	Satz	2	
Und das was Du noch so brauchst !!!	Ausreichend		

Bitte diese Liste so vollständig wie möglich einhalten, dann bist Du gut ausgerüstet für die Veranstaltung.