



Packliste

Hallo und vielen Dank, das du dich für den Download von meinem Blog entschieden hast. Ich hoffe ich kann dir eine Hilfe bei deiner eigenen Reise sein. Solltest du Fragen oder Hinweise haben erreichst du mich ganz einfach unter den am Ende dieses Dokuments genannten Links.

Ich würde mich freuen wenn du ein kurzes Feedback auf meinem Blog hinterlässt und wünsche dir viel Spaß beim Lesen.

Radsportliche Grüße, dein Tim

Kleidung	Amazon [Beispiel]	Bemerkung
Jacke	Enudra MT500	Auf Mix zwischen Atmungsaktivität und Wasserdichte achten
Radtrickot	Gonso Radtrickot	Wichtig ist das geringe Gewicht und die Atmungsaktivität
T-Shirt	Fahrrad T-Shirt	Dem Thema getreu natürlich in Rad-Optik ☺
Rad Hose	Brubeck ½ Rad Hose	Hier darf es ruhig auch eine etwas Anspruchsvollere für den Hintern sein
Rad Hose lang	Vaude Zip Off Pants	Auch als „Zip“ Variante erhältlich mit klarem Vorteil der Flexibilität
Regenhose	Vaude Regenhose	Kommt hoffentlich wenig zum Einsatz
Trekking Schuhe	Adidas Trekking Schuhe	Alternativ auch Klickschuhe möglich wenn Klicks vorhanden
Normale Schuhe	Vans Old Skool	Möglichst leicht und bequem
Armlinge	Gonso Armlinge	Ganz praktisch wenn es etwas kälter wird
Handschuhe	Goretac Handschuhe	Atmungsaktiv und Wasserdicht
Unterwäsche + Socken	-	Ganz ohne geht nicht...oder doch? ☺
Helm	Uvex Fahrradhelm	Selbsterklärend – Safety First
Rucksack	Sea to summit	Klein und leicht da nur für Zwischendurch
Sonnenbrille	Uvex Radbrille	Wechselgläser für verschiedene Witterungen
Werkzeug		
Reifenheber	XLC Reifenheber	Nicht zu dünn da ansonsten Abbruchgefahr
Kettennieter	Mture Kettennieter	Für den Worst Case
Inbus Set	INBUS Set	Der Allrounder im Montagebereich
Luftpumpe	Velochampion	Kommt hoffentlich selten zum Einsatz
Schraubenzieher	-	Wenn nicht im Inbus Set enthalten
Speichen	-	Ersatzspeichen passend zum Laufrad
Hygiene & Medikamente		
Schmerzmittel	Aspirin Granulat	-
Wundantibiotikum	-	-
Sonnencreme	50er Sonnenschutz	-

Bepanthen	Bepanthen 20mg	-
Duschgel + Deo	-	-
Zahnbürste + Creme	-	-
Verbandszeug	Erste Hilfe Set	-
Technik		
Smartphone	-	Gleichzeitig als Navigationsgerät nutzbar
Kindle	Kindle Paperwhite	Wenig Gewicht für viel Buch
Tablet	-	Falls es doch mal etwas zu arbeiten gibt
Kleine Musikbox	Anker SoundCore	Verleiht auf Durststrecken wahre Motivation
Powerbank	EasyAcc 20.000 mAh	Reicht für 6x Aufladen des Smartphones
Ersatz Akkus	-	Wenn benötigt, ich reise nur mit Powerbank
Ladegerät + Kabel	RAV 3 Port USB	Drei Geräte auf einmal aufladbar – Top
Kamera	GorPro Hero 4 und 5	GoPro Her 4 + 5 Session inklusive Befestigungen
Tools		
Stirnlampe	Stirnlampe USB	Als Addon für das Fahrradlicht gut geeignet
Abstandhalter 1 Meter	-	Für befahrene Straßen
Handyhalter Wasserdicht	-	Falls das Handy als Navi genutzt wird
Schweizer Taschenmesser	Originales schweizer Taschenmesser	Allrounder der für viele Einsatzzwecke einsetzbar ist
Flickzeug	TipTop Flickzeug	Klebestreifen in Ordnung
Draht	-	Immer Hilfreich für Befestigungen
Gaffa Tape	Tesa Tape	Immer Hilfreich für Befestigungen
Dokumente		
Ausweise + Kopien	-	-
Gesundheitskarte	-	-
Reservierungen	-	Für bereits gebuchte Hotels / Hostel / Flüge / Fähren
Notfallkontakte	-	Kleine Liste mit Namen und Telefonnummern
Geld- und Kreditkarten	-	Zu empfehlen sind Banken ohne Auslandsgebühr (evtl. auf EU beschränkt)
Impfausweis	-	Bereits vor der Reise auffrischen

Instagram https://www.instagram.com/tim_luprich/
 Facebook <https://www.facebook.com/tim.luprich>
 YouTube https://www.youtube.com/channel/UCEJg4_RmVkkNDZkYQvJ2RSw
 Internetauftritt www.rad-sabbatical.de
 Komoot <https://www.komoot.de/user/372326404875>