

Checkliste

Kanufreizeit auf dem Regen

- Schlafsack
- Luftmatratze oder Campingmatte
- Decke, kleines Kopfkissen
- 2 Paar Schuhe und für die Kanufahrt Badeschuhe (keine Flip-Flops)
- Unterwäsche
- warme Socken
- lange und kurze Hose
- kurz- und langärmelige Oberteile, Fleecepulli
- Taschentücher
- Schlafanzug
- Trainingsanzug, -hose
- Regenschutz (Regenhaut, Anorak)
- Badehose, -handtuch, Bikini oder Badeanzug
- Handtücher
- Essbesteck
- Plastikteller, -becher, -tasse, -flasche
- Waschzeug mit Zahnbürste, -paste, Seife, Waschlappen
- Bandagen/Sportsalbe/Heftpflaster
- Zedan gegen Insektenstiche
- Taschenlampe
- Taschengeld
- Spiele/Musikinstrumente
- Schreibzeug
- Impfausweis (Kopie)
- Sonnenhut
- Sonnencreme
- Versichertenkarte der Krankenkasse
