

Čo potrebujem na preteky, prípadne sústredenie, roky vytváraný zoznam vecí, podľa ktorého sa pripravujem – neberiem všade všetko čo je v zozname !!!.

Doklady:

- OP, prípadne PAS
- Licencia, štartové číslo
- Doklady AUTO
- Peniaze, kreditka

Technika:

- Notebook, tablet
- Telefón, nabíjačka
- Foták, nabíjačka k fotáku, stojan k fotáku, kábel USB
- Kamera, pásy, nabíjačka ku kamere, kábel USB
- Garmin computer, PowerTap computer, hrudný pás, náhradne batérie
- Hodinky
- Navigácia a kábel USB
- Predlžovačka 230V

Osobné veci:

- Okuliare, puzdro na okuliare, utierka na okuliare
- Cyklo dres /3x/
- Cyklo nohavice 3x
- Návleky na ruky a nohy
- Trička pod dres /3x/
- Cyklo ponožky /5x/
- Cyklo rukavice /3x/, dlhé rukavice /min. 1x/
- Prilba !!!
- Čiapka pod prilbu
- Tretry !!!
- Cyklo bunda
- Bunda do dažďa
- **Cyklovesta bez rukávov**

- Športové nohavice, šušťáky a pod.
- Športové trička /5x/
- Sveter
- Nohavice
- Košele, polokošele
- Slipy na každý deň
- Spodne trička
- Plavky
- Bunda, napr. flíska
- Ponožky /8-10x/

- Sandále, šlapky, **prípadne aj plastové do sprchy**
- Maratónky /botasky/

- Veci na spanie **pyžamo??**
- Šampón, holenie
- Osušku a uteráky /3x/
- Zubnú kefku a pastu na zuby
- Masážnu emulziu
- Vazelínu na zadok a nohy

- Náplaste
- Vreckovky a toaletný papier
- Nožík !!!
- Baterku

Potraviny a pod.:

- Vitamíny
- Voda !!! **na cestu**
- Jedlo na cestu /nákyp, puding, REZNE, SLANINA, chacha/
- Tyčinky, energetické, musli, atd.
- Iont'ák, najlepšie v prášku
- Cyklo fľaše !!!
- Termosku /káva, čaj/
- Kávu a mlieko do kávy, čaj
- Hrnček, misku na musli, lyžičku a lyžicu
- Rýchlovarnú kanvicu na vodu / v HR asi je na izbe, zistím/ **áno boli na izbe spolu s varičmi**

Kolo a príslušenstvo:

- Kolo
- Náhradné kolesá /v puzdre/, prípadne plášť
- Prilba
- Okuliare na kolo
- Duše /aspoň 2 ks/, lepenie
- Náradie a príručné náradie
- Olej
- Ret'az, lanka prevody a brzdy
- Pumpa príručná prípadne veľká
- Handra na čistenie

Karol K.

Ak niečo dôležité chýba, tak to tu doplň. Dík.
Doplnil som zeleným do textu, Nijdam

1.4.2013