

# Paklijst

Onderstaande paklijst is slechts een hulpmiddel. Natuurlijk heeft niet iedereen alles nodig wat er op staat.

## Kleding

Zorg in elk geval dat je op elk weertype voorbereid bent. Hitte, kou, zon, regen: je kunt het onderweg allemaal tegenkomen.

- Fietskleding
- Fietshelm  
(in Oostenrijk verplicht voor kinderen onder de 12 jaar)
- Fietschoenen
- Fietshandschoentjes
- Regenpak of poncho
- Regenhoesjes voor schoenen
- Zonnepetje
- Zonnebril
- Nettere kleding  
(bv. voor restaurantbezoek of dagje een stad bezoeken)
- Slippers (ter voorkoming voetschimmel in douches)
- Zwemspullen  
(In Italië is een badmuts doorgaans verplicht.)
- Plastic zak voor vuile was
- Wasmiddel voor handwasjes

## Persoonlijke verzorging

- Dagelijkse toiletartikelen
- Nagelschaar
- Handdoeken  
bv. sneldrogende lichtgewicht Rubytec sporthanddoeken
- Zonnebrandcrème
- Lippenbescherming
- Beschermmiddel tegen muggen
- Oordopjes (tegen nachtelijk lawaai)
- Reisotheek met bijvoorbeeld:
  - iets tegen spierpijn
  - iets tegen ingewandenproblemen
  - pleisters
  - ontmettingsvloeistof (sterilon, betadine)
  - tekenpincet en tetracyclinezalf
  - zinkzalf of Bepanthen (tegen huidirritaties / zadelpijn)
  - Zwitsal (ter voorkoming van huidirritaties)

## Voor de fiets

- Stuurtas of kaartenklem
- Goede handpomp  
(voor racefiets: **zeer goede** handpomp en/of CO<sup>2</sup>-patronen)
- Bidons
- Spanband of spin
- Fietsslot en reservesleutel
- Reserve binnenband  
(voor racefiets: **meerdere** binnenbanden)
- Bandenreparatieset
- Fietsgereedschap
- Teflonspray / flesje olie
- Reserveonderdelen:  
spaken, moertjes, lampjes, kabels
- Voor e-bikers:
  - oplader voor accu
  - verloopstekker voor deze oplader  
(Kijk op [www.wereldstopcontacten.nl](http://www.wereldstopcontacten.nl) of je die nodig hebt; voor apparaten met een geaarde stekker heb je die oa. nodig in Italië.)

## Documenten etc.

Tip: stop in je portemonnee een papiertje met naam en adres van wie gewaarschuwd moet worden bij een noodgeval. In elk geval doen wanneer je alleen reist!

- Fietsgidsen
- Paspoort  
(Tip: neem ook een kopie mee voor het geval je je paspoort kwijt raakt. Bewaar die kopie elders in je bagage.)
- Zorgverzekeringspas
- Bankpas
- Creditcard
- Portemonnee
- Reisverzekeringspapieren
- Campingcarnet
- Jeugdherbergkaart
- Adreslijstje voor versturen ansichten
- Tickets voor terugreis

## Voor kampeersers

- Lichtgewicht tent
- Tenthamer
- Reparatieset voor tent
- Slaapzak
- Luchtbed (lieft zelf opblazend) of slaapmatje
- Reparatieset voor luchtbed
- Vouwstoeltje (bv. de Chair One van Helinox)
- Brander, windscherm, lucifers / aansteker  
(Als je alleen koffie of thee wilt zetten kun je ipv een brander ook een elektrisch waterkokertje meenemen.)
- Pannen  
(Tip: je kunt een paar sokken als pannelappen gebruiken.)
- Bestek, borden en mokken
- Snijplankje
- Blikopener
- Plastic doosje voor zacht fruit (gaat anders kapot)
- Afwasmiddel, schuursponje en theedoek
- Zaklamp  
(Een lichtgewicht model dat op het hoofd gedragen wordt is het handigst.)
- Wasknijpers en waslijn
- Toiletpapier
- Verloopstekker of -snoertje als je de stroompalen op campings wilt gebruiken. Deze hebben meestal alleen een CEE-aansluiting.

## Overige zaken

- Mobieltje + oplader
- Camera + oplader
- GPS-apparaat + oplader
- Kompas
- Woordenboekje en/of taalgidsje
- Rugzakje  
(bv. voor boodschappen of dagje stadsbezoek / wandelen)
- Ter ontspanning:
  - boek / e-reader
  - spelletjes
  - i-pod
- Pen en papier
- Tablet / laptop + oplader
- Verloopstekker  
(Kijk op [www.wereldstopcontacten.nl](http://www.wereldstopcontacten.nl) of je die nodig hebt; voor apparaten met een geaarde stekker heb je die onder andere in Italië nodig.)