



Checkliste für Wanderfahrten / Ruderlager

- Seite 2 / 3 -

Kleidung (Kann u. U. In Mitleidenschaft gezogen werden!)	X
Rudershirts (min. 2, falls eins nass werden sollte)	
Ruderhosen (2, falls eine nass werden sollte; am besten eine kurze und eine lange)	
Ruderpullover (SRC Pullover oder anderes warmes Oberteil)	
Ruderschuhe (z. B. Wasserschuhe, Turnschuhe und ggf. zusätzlich FlipFlops / Sandalen)	
Regenjacke (+ evtl. Regenhose, je nach Jahreszeit)	
T-Shirts (für 3 – 4 Tage)	
Pullover (für Stadtbesuche o. Ä.)	
Hose (Jeans o. Ä. für abends und für Stadtbesuche)	
Badehose / Bikini	
Unterwäsche (für ca. eine Woche – Socken nicht vergessen)	
Schlafsachen (warm!)	
Wäschebeutel (für dreckige Wäsche)	
Rei in der Tube (nur für Sommerfahrten - hiermit kann schnell & einfach gewaschen werden)	
Körperpflege	X
Kulturtasche	
Zahnbürste	
Zahnpasta ●	
Shampoo (am besten 2 in 1 Shampoo, um Platz zu sparen) ●	
Handtücher (2, falls eins nass wird; Mikrofaser empfiehlt sich wegen kurzer Trockenzeit)	
Seife (ebenso kann Shampoo verwendet werden)	
Sonnencreme (je nach Körpertyp und Jahreszeit verschiedene Lichtschutzfaktoren)	
1-Hilfe-Set (vor allem Pflaster, Desinfektionsmittel, Bepanten – für Fahrtenleitung Pflicht!) ●	
Kloppapier (eine reicht als Sicherheit – bei Sommerfahrten mehr!) ●	

● = evtl. in Zelt- bzw. Kochgemeinschaften planen um Gepäck besser aufzuteilen.



Checkliste für Wanderfahrten / Ruderlager

- Seite 3 / 3 -

Sonstiges	X
Taschenlampe + Batterien	
Müllbeutel (einen zur Sicherheit – Fahrtenleitung hat für Müllbeutel zu sorgen!)	
Plastiktüten (zur Unterbringung von nassen / dreckigen / usw. Dingen)	
Taschengeld (ca. 7 – 10 € pro Tag; bei Fragen an Fahrtenleitung wenden)	
Reisepass (bei Auslandsreisen)	
Spielkarten, Buch, CDs, ...	
Foto- / Videokamera (nur bei eigenem Interesse – Achtung: Ist nicht versichert!)	
Anti-Mückenmittel	
Vitamintabletten (auflösbar in Wasser)	

10% Rabatt auf alle Artikel ...nur für den SRC!

Da SRCer viele spezielle Dinge fürs Rudern benötigen, haben wir die wichtigsten Artikel auf www.srcbonn.de/equipment aufgelistet. Fast alle dort genannten Artikel können beim Geschäft Globetrotter erworben werden, weshalb wir einen Rabatt von 10% auf jeden Artikel bekommen. Hierfür muss beim Einkauf ein Schreiben vorgelegt werden, welches beim Vorstand zu erwerben ist. Eine kurze Mail reicht dazu aus. Das Schreiben wird dann per eMail zugeschickt.

Globetrotter.de
Ausrüstung

Träume leben.

Achtung:

Das Gepäck ist in keinsten Weise versichert! - Also möglichst keine großen Wertsachen!