

Huskerseddel til Træningslejr

- Cykel (Daniel ☺)
- Ekstra slanger
- Pumpe
- Lappegrej
- Evt. dynebetræk eller andet til at pakke cyklen ind i under transport

- Hjelm
- Cykelsko
- Cykelhandsker
- Skoovertræk – man kan også have et par store skisokker eller lign. ud over skoene
- Cykelbriller

- Svedtrøjer - Gerne flere, da det er rarest at have en ren på til hver tur
- Hue
- Vanter
- Varme sokker
- Hjelmhue – Kan købes specielt til cykling
- Lange bukser – både vinter og sommer
- Korte bukser
- Langærmet trøje med høj hals
- Halsedisse
- Cykelelefanthue
- Cykeljakke
- Regnjakke til at cykle med

- 2 stk. håndklæder
- Sæbe
- Tandbørste
- Bøjler til at hænge vådt tøj op
- Sengelinned

- Løbesko
- Rygsæk
- Lygte eller pandelampe
- Cykellygter

- Evt. Energidrik
- Evt. Energibarer
- Lomme penge + penge til tøjvask

- Sygesikringsbevis