

# Travel CHECKLIST



1ste laag: thermisch ondergoed (hemdje + legging)

---



2de en 3de laag: twee Polarfleeces boven elkaar (een dunne en een dikkere, beiden met lange mouwen en bij voorkeur met kraag en rits).

---



Voorzie een extra dunne laag voor de koude momenten.

---



Laatste laag: een water- en winddichte jas, goed sluitend rond hals en polsen.

---



Als waterdichte broek is een nylon fietsbroek (overbroek) een goede oplossing. Eventueel met ritsluiting onderaan zodat u uw schoenen niet hoeft uit te doen.

---



Lange broek

---



Muts & dunne vingerhandschoenen

---



Kousen & ingelopen warme wandelschoenen

---



Rugzak

---



Behandel de schoenen voor het vertrek zodat ze waterafstotend zijn.

---



Zwemkledij en een kleine handdoek

---



Zonnebrandcrème, lippenbalsem en een hydraterende crème

---



Een kleine EHBO-kit (pleisters en compeed, verbanden, ontsmettingsmiddel, pijnstiller en koortswerend middel) & uw persoonlijke geneesmiddelen

---



Beperkt toiletgerei.

---



Zonnebril en reservebril indien u contactlenzen of een bril draagt

---



Licht schoeisel (voor 's avonds op de logeerplaatsen)

---