

| <b>Bei Radfahrerinnen dürfte es bei einigen Positionen etwas anders aussehen, allerdings ist auch bewiesen, dass sich das Volumen dadurch nicht vergrößert.</b> |  |   |                                       |
|---|--|---|---------------------------------------|
|   |  |   |                                       |
| <b>2 Wochen Rad-Wanderurlaub im Sommer</b>  | im Rucksack (X)<br>o.<br>Lenkertasche(L) |   | im Rucksack (X) o.<br>Lenkertasche(L) |
| (...+1 = wird bei Anreise bereits angezogen)  |  |   |                                       |
| 4+1 Strümpfe  |  | Geld und Papiere                            |                                       |
| 0 dicke Socken  |  | Geldgürtel                                  |                                       |
| 0+1 Jeans   |  | Umhängeportmonai                            |                                       |
| 1 Hose mit Kombibeinen  |  | Fahrkarten/Fahrplan                         |                                       |
| 2 kurze Hosen   |  | Karten u.ä.                                 | ...+L                                 |
| 5+1 Unterhose   |  | Radioset                                    | L                                     |
| 3+1 Unterhemden   |  | Erste Hilfe Set+2x Silastikbinden/Tabletten | X                                     |
|   |  | 2 Rettungsdecken                            | X                                     |
| 4 T-Shirt (meist farbig)  |  | Fotoapparat / Ladestation / Speicherkarte   |                                       |
| 1 Pullover  |  | Handy / Ladegerät                           | L                                     |
| 2+1 Hemd, mind. 1 langärml.   |  | Waschzeug                                   |                                       |
|   |  | Rasierzeug + zusätzl. Aufsatz               |                                       |
| 1 neue "ALDI"-Jacke (mitteldicke Allwetterjacke)  | X  | Zellstofftaschentücher                      | X                                     |
|   |  | Klopapier                                   | X                                     |
| 4+1 Taschentücher   |  |   |                                       |
| Fahrradhandschuhe   | L  | 1 Regencape / gelbe Hülle / Helmcappe       |                                       |
| Handschuhe  | X  | 2 Wanderschirme                             | X                                     |
| Helm  |  | Brillen                                     | X                                     |
|   |  | "Mützenschlauch"                            | X                                     |
| 1 kl. u. 1gr. Handtuch  |  | Stirnlampe                                  | X                                     |
| 1 Waschlappen   |  | Schreibzeug                                 | L                                     |
| Badehose mit Handtuch   | X  |   |                                       |
|   |  | Beutel                                      | L                                     |
| (Wander-)Halbschuhe   | X  | Trinkflaschen                               |                                       |
| Sandalen  |  | Rucksack                                    |                                       |
| Schlafzeug  |  | Kompass                                     | X                                     |
|   |  | Schuhputzzeug                               |                                       |
| Schuhabwaschbürste  | X  | Nähzeug                                     |                                       |
| Mütze   | X  | kl. Löffel                                  | L                                     |
|   |  | Messer                                      | X                                     |
|   |  | 2 Sitzkissen                                | X                                     |
|   |  | 4 Wanderstöcke                              | X                                     |