

Tipps zur Ausrüstung und Bekleidung bei Kanutouren:

Wir empfehlen Kleidung aus Kunstfaser (am besten atmungsaktiv), sie trocknet schnell und saugt kein Wasser auf sowie wasserverträgliches Schuhwerk (keine Gummistiefel).

Für die Fahrt:

- Alte Turnschuhe bzw. Sandalen
- T-Shirt / Hemd / Pulli je nach Wetterlage
- Badezeug
- Handtuch
- Kurze oder lange Hose
- Kopfbedeckung
- Wechselzeug (T-Shirt, Pulli, Handtuch, Hose, Regenzeug)
- Sonnenmilch
- Getränke: 1-1,5 Liter (z.B. Wasser mit Vitamin- od. Mineraltabletten, Apfelschorle, Tee)
- Evtl. Taschenmesser
- Bei Bedarf: Fotoapparat

!!! Für den Ausstieg !!!:

- Wechselzeug (T-Shirt, Pulli, Handtuch, Hose, Schuhe, Unterwäsche, Socken)

Tipps zur Ausrüstung und Bekleidung bei Wanderungen:

- Festes Schuhwerk
- Hemd (Funktionshemd)
- Falls vorhanden Wander- od. Trekkinghose
- Pulli (je nach Wetterlage)
- Jacke (winddicht und wetterfest)
- Kopfbedeckung
- Regenzeug
- Wechsel T-Shirt
- Kleiner Tagesrucksack
- Getränke: 1-1,5 Liter (z.B. Wasser mit Vitamin- od. Mineraltabletten, Apfelschorle, Tee)
- Evtl. Taschenmesser
- bei Bedarf: Fotoapparat

zusätzliche Tipps zur Ausrüstung und Bekleidung bei Radtouren:

- Radhose
- Helm
- Flickzeug