

# Ruderriege Schaumburgia Bückeburg

Am Bootshaus 4  
31675 Bückeburg  
info@rrschaumburgia.de  
www.rrschaumburgia.de



## Checkliste für Wanderfahrten

Gepäck wasserdicht verpackt: Seesack, falls nicht vorhanden, stabilen Müllsack zum Drüberziehen, Gepäck immer knautschbar verpacken

- Isomatte / Luftmatratze / Thermarestmatte
- Schlafsack
- Zahnputzzeug
- Handtücher, Duschgel, Deo
- Sonnenbrille, Schirmmütze, Sonnenlotion
- kleine Medizintasche
- kleine Säcke für alte Kleidung
- kleiner Beutel mit Spülmittel, Geschirrtuch und Schwamm
- Taschenlampe

### Bekleidung

- Schlafanzug
- Badesachen
- zwei Garnituren Ruderkleidung (kurz und lang, der Jahreszeit angepasst; sehr gut eignet sich schnelltrocknende Funktionskleidung z.B. Fahrradtrikots oder Fleecejacke und warmhaltende Unterwäsche )
- Regenkleidung
- Socken
- zwei Paar Schuhe (eins zum Rudern, das andere für Abends)

### Verpflegung

- ausreichend Taschengeld (Pizza, Döner, Grieche usw.)
- Brotlaib
- Nutella, Mettwurst, Käse, Marmelade
- Butterdose
- evtl. Kakaodrink
- genügend Konserven
- evtl. Dosenfrüchte (machen immer wieder frisch!)
- Plastikflaschen zum Befüllen
- Getränkepulver zum Anrühren mit Wasser (für den Tag)
- evtl. Thermoskanne
- Campinggaskocher (kann bei älteren Fahrtenteilnehmern ggf. geliehen werden, vorher absprechen !)
- Kochgeschirr
- Besteck, Brettchen, Becher, Brotmesser
- Dosenöffner
- Süßes für den Alltag an Bord

Möglichst keine leicht verderblichen Waren !!!

Das Gepäck sollte auf einen Packsack oder Seesack mit einem Volumen von etwa 90 l und einer ‚Fresstasche‘, die am Ruderplatz verstaut werden kann, aufgeteilt und beschränkt werden.