

Co warto zabrać na dłuższą trasę?

Ubrania

- kask rowerowy
- kamizelka odbłaskowa
- rękawiczki rowerowe
- bielizna
- kurtka
- buty
- skarpetki
- koszulki
- bluza
- spodnie
- zwykła czapka z daszkiem
- okulary przeciwsłoneczne

Sprzęt rowerowy

- oświetlenie przednie i tylne
- rękawiczki lateksowe
- multitool
- zabezpieczenie rowerowe
- klucze rowerowe
- pompka
- bidon
- opaski zaciskowe
- dętka lub zapasowa opona
- łyżki do opon
- osprzęt do naprawy łańcucha + smar
- licznik rowerowy

Przybory higieniczne

- pasta do zębów
- szczoteczka do zębów
- ręcznik
- mydło
- żel pod prysznic
- szampon do włosów
- papier toaletowy
- dezodorant
- chusteczki nawilżane

Lekarstwa

- gaza
- bandaż elastyczny
- plastry z opatrunkiem

- wapno
- magnez
- witaminy
- leki przeciwbólowe

Gotowanie

Sprzęty przydatne do przygotowania posiłku:

- turystyczna kuchenka + gaz
- mienażka lub lekka miska
- sztućce
- niewielki garnek
- kubek
- sztućce

Ponadto możemy zabrać ze sobą:

- sól + pieprz
- cukier lub słodzik
- kawę
- herbatę

Biwak

- namiot
- karimata
- śpiwór
- poduszka

Sprzęt elektroniczny

- telefon komórkowy
- powerbank
- kable do ładowania telefonu (więcej niż 1)
- aparat fotograficzny
- akumulatorki
- ładowarka do akumulatorków
- nawigacja

Pozostałe rzeczy

- dokumenty
- sznurek
- taśma izolacyjna
- zeszyt (lub notes)
- długopisy (przynajmniej 2)
- niezbędnik survivalowy