

## SPIS RZECZY DO WZIĘCIA ver. 2.2 (2012-08-12)

### Ubrania

5 x majtki  
5 x skarpetki  
4 x t-shirt (w tym 3 x koszulka rowerowa)  
gruby sweter  
cienki sweter z golfem  
kurtka przeciwdeszczowa  
2 duże worki na śmieci  
2 reklamówki na brudne rzeczy  
spodnie długie  
2 x spodnie krótkie rowerowe  
1 x podkoszulki  
1 x buty spd, 1 x klapki spd  
1 x klapki zwykłe, pokrowce na buty  
kask, rękawiczki, okulary rowerowe  
chusta radiozet jako szmata  
rajstopy

### Jedzenie

1 x kaszka dla dzieci, 1 x kasza kuskus  
2 x zupki chińskie, 3 x gorący kubek  
2 x sos do makaronu  
2 x multiwitamina w tabletkach  
20 herbat w torebkach  
kanapki na wieczór  
mentosy, hallsy czarne  
kabanosy  
cukier typu słodzik

### Akcesoria rowerowe

3 szprychy  
zapas śrubek – np. do bagażnika  
klucze imbusowe komplet  
reszta standardowych narzędzi  
2 x dętka  
łatki, klej do łątek  
pompka  
oświetlenie przód (Bociolarka) i tył  
czołówka  
2 bidony 1 l  
szmata + vexol  
zapięcie rowerowe u-lock

### Akcesoria: garnki, kuchnia itp.

kubek alu, większy garnek fi 25  
nóż do krojenia  
chwytak do garnków  
łyżka duża, łyżka mała  
palnik gazowy + butla obecna  
ronson x 2  
ludwik + duża gąbka do zmywania + do mycia

### Apteczka + zdrowie

witamina C, sebidin, ranigast/rennie  
gripex  
plastry różnego rodzaju + woda utleniona  
alantan puder  
dermatol w saszetkach  
gaza, bandaż elastyczny  
fastum/veral  
krem przeciw słońcu wodoodporny  
wapno  
rękawiczki lateksowe  
soczewki  
płyn do soczewek + krople do „suchych oczu”  
opakowanie na soczewki  
okulary

### Higiena

chusteczki higieniczne + chusteczki „mokre”  
mini pasta do zębów + szczoteczka  
ręcznik szybkoschnący  
10 pałeczek do uszu  
maszynka jednorazowa Gillette  
mydło w płynie, szampon  
cały papier toaletowy  
ludwik jako proszek do prania  
mini dezodorant  
OFF!

### Dokumenty, pieniądze, inne formalności

pieniądze w walucie kraju zwiedzanego  
karta bankomatowa  
paszport  
gaz na ludzi  
aparat  
akumulatorki AAA (x4) i AA (x8)  
namiot  
karimata  
śpiwór  
mapy  
notatnik do relacji + długopis  
bilet PKP (ew.)  
gumkolinki x 2 do bagażu + 1 x rezerwowa

### Inne

drut, taśma szeroka  
zapalniczka x 2  
czasopismo  
telefon komórkowy  
ładowarka do telefonu  
pocztówki o Polsce z informacjami turystyczne