



Packliste Wellenreitcamps

Neben Vorfreude und Fitness dank Vorbereitungstraining brauchst du in den ASVZ Wellenreitcamps folgendes:

- Bequeme Kleider für warme und auch windige Tage
- Regen- und Windschutz
- Flipflops
- Shorts und T-Shirts
- Badehose*/Bikini*
- Badetücher
- Mütze für kühlere Tage
- Wer hat, eigenen Neopren
- Laufausrüstung für Jogger
- Lesezeug, Spiele und andere Ruhezeitenbeschäftigungen
- Kuschelbärli
- Necessaire mit den üblichen Hygieneartikeln
- Persönliche Medikamente
- Guter Sonnenschutz: Sonnenbrille, Wasserfeste Sonnencreme
- Voltaren oder Perskindol Crème für müde Arme und Schultern

- **Euro 90.-** für Gemeinschaftskasse Essen
(bereits aus der Schweiz mitnehmen, keinen Bancomat direkt vor Ort)

Was du nicht brauchst: Schlafsack

*enge Badehosen sind unter dem Neopren bequemer als Shorts/Bikini ohne Bügel sind von Vorteil (Druckstellen)