

Eine Information für Eltern und Sportler des Kanuverein Laubegast e.V.

Ich fahre zur Regatta/Wettkampf/Trainingslager und nehme mit:

- Schlafsack*
- Zelt*, immer mit anderen Sportlern absprechen
- Isomatte, Luftmatratze oder Liege*
- Handtücher
- ausreichend Wechselsachen, auch für kaltes und regnerisches Wetter und evtl. Kenterungen
- ausreichend warme Sachen, Regenbekleidung
- Paddeljacke oder ähnliches
- Paddelschuhe, Spritzdecke (wenn vorhanden)
- Kopfbedeckung (Sonnen- oder Kälteschutz) und Sonnencreme
- Laufschuhe, Badeschuhe und evtl. Gummistiefel
- Sicherheitsnadeln
- persönliche Hygienesachen (Zahnbürste, Zahnpasta, Duschbad ...)
- bei Bedarf Medikamente
- Krankenversicherungskarte

...* nur bei Regatten über mehrere Tage notwendig,

Bitte die Sachen mit Namen kennzeichnen!

Nicht mitbringen:

- Laptops oder andere elektronische Geräte
- unnötig viel Geld
- Handy ja, aber auf eigene Verantwortung