



## 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 oder Luftmatratze
- Handtücher
  
- Vereinskleidung
  
- ausreichend Wechselsachen, auch für kaltes und regnerisches Wetter und evtl. Kenterungen
- ausreichend warme Sachen, Regenbekleidung
- Badehose
- Paddeljacke oder ähnliches
- Paddelschuhe, Spritzdecke und Sitzkissen (wenn vorhanden)
  
- Kopfbedeckung (Sonnen- oder Kälteschutz) und Sonnencreme
  
- Laufschuhe, Badeschuhe und evtl. Gummistiefel
  
- persönliche Hygienesachen (Zahnbürste, Zahnpasta, Duschbad ...)
- bei Bedarf Medikamente

...\* 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