

Packliste Triathlon



Schwimmen

- ◯ Trisuit
- ◯ Neoprenanzug
- ◯ Schwimmbrille
- ◯ Ersatzschwimmbrille
- ◯ Badekappe
- ◯ Neoprensocken
- ◯ Anti-Scheuer-Creme

Radfahren

- ◯ Rennrad
- ◯ Helm
- ◯ Radschuhe
- ◯ Radbrille
- ◯ Fahrradcomputer
- ◯ Trinkflaschen
- ◯ Ersatzschlauch
- ◯ Reifenheber
- ◯ Minipumpe
- ◯ Multitool

Laufen

- ◯ Laufschuhe
- ◯ Schnellschnürsenkel
- ◯ Laufsocken
- ◯ Startnummernband
- ◯ Laufmütze
- ◯ Sonnenbrille

Wechselzone

- ◯ Wechselbeutel
- ◯ Wechselmatte
- ◯ Startunterlagen
- ◯ Zeitmesschip
- ◯ Kleines Handtuch
- ◯ Wasserfester Stift

Verpflegung

- ◯ Iso-Getränk
- ◯ Energiegels
- ◯ Energieriegel
- ◯ Elektrolyttabletten
- ◯ Banane
- ◯ Salzige Snacks

Nach dem Ziel

- ◯ Wechselkleidung
- ◯ Frische Socken
- ◯ Flip-Flops
- ◯ Warme Jacke
- ◯ Mikrofaserhandtuch
- ◯ Duschzeug
- ◯ Beutel für Nasses

Fürs Fitnessstudio

- ◯ Sporthandtuch
- ◯ Große Trinkflasche
- ◯ Hallenschuhe
- ◯ Wechselshirt
- ◯ Schloss für den Spind
- ◯ Kopfhörer

Für die Physiotherapie

- ◯ Bequeme Sporthose
- ◯ Lockeres T-Shirt
- ◯ Saubere Socken
- ◯ Eigenes Handtuch
- ◯ Verordnung vom Arzt
- ◯ Versichertenkarte

Listonic

Laden im App Store

JETZT BEI Google Play