

## Unsere **Tandem-Packliste** (optimiert!): [Deutschland/Luxemburg 2009](#)

### **Tandem:**

Janina Lenker Satmap active 10  
Marco Lenker: Garmin GPSmap 60CSx  
Mehrere Fahrradflaschen:  
Alfi, 2x normale und 2x 1,5 Liter

### **Lenkertasche**

Rotes Täschchen  
Sonnenbrille  
Kamera + Akkutaste + Stativ  
Handy  
Fernglas  
Anemometer  
Taschenmesser Camping  
Zugticket/Portemonnaie  
Evtl. tagesrelevante Karte  
Tagebuch + Stift  
Visitenkarten + Postkarten  
Stiftdose samt Schere  
Erste Hilfe:  
Mullkompressen  
Pflaster  
elastische Mullbinden

### **B.O.B. Yak-Anhänger**

Zelt + Plane  
2x Schlafsack  
2x Kopfkissen  
2x Isomatten  
Camping-Decke  
Reise-Hängematte  
Putzlappen für Zelt u.ä.  
Schmutzbürste  
Beutel für/mit Schmutzwäsche  
Schloss/Chain für Amparo  
Pimus Eta Power (Kocher) + Benzinflasche  
Wassersack 10l mit Duschaufsatz  
Solarradio  
Reise-Kalaha (= Spiel)  
Werkzeug  
Flickzeugtasche (Flicken,  
Kabelbinder, Schrauben, u.ä.)  
Luftpumpe  
Gewebeband  
Schraubendreher kreuz  
Schraubendreher flach  
Inbusschlüssel  
Sägeblatt

Zange  
Seitenschneider  
Hammer

Medikamententasche (= Standard  
Reiseapo):

Ohrenstöpsel (Lärmstopp)  
Micropur, (inaktiviert Bakterien im  
Wasser)  
Fenistil Gel (nimmt den Juckreiz  
nach Stichen und kühlt leichten  
Sonnenbrand)  
Lidl-Sportgel (Prellungen, nicht  
offene Quetschungen usw.)  
Penatencreme  
Nasenspray  
Japanisches Heilöl  
Iberogast (Pflanzliches  
Arzneimittel bei Magen-Darm-  
Erkrankungen)  
Lopedium (bei akutem Durchfall)  
Pantozol 40 (magensaftresistente  
Tabletten)  
Buscopan plus (bei  
Bauchschmerzen, Krämpfen,  
außerdem schmerzstillend)  
ASS-ratiopharm 500 (Schmerzen  
und Fieber)  
Paracetamol  
Antibiotikum (für den ultimativen  
Notfall)  
Natron (gegen Sodbrennen)  
Autan  
Mullkompressen  
Pflaster  
elastische Mullbinden

Pflege/"Kulturbeutel":  
Zahnbürsten  
Zahnpasta  
Duschgel  
Shampoo  
Deos  
Parfüm  
Nagelknipser  
Haarbürste  
Rasierschaum und Rasierer  
Sonnencreme  
Tissueprodukte  
2x Handtücher

Dinge wie Penatencreme, Sportgel, Spüli  
sind in kleine Behälter abgefüllt!

### **Hintere Ortliebtasche rechts**

Garderobe-Marco:

Rainlegs  
Gore-Jacke  
Gore-Schuhe (an)  
Bufftuch  
4 Socken  
6 Unterhosen  
3 T-Shirts  
2 Hemden  
Fliespullover  
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)  
2 Radhosen  
2 Zipp-Hosen  
Kurze Hose  
Badehose  
Schirmmütze

Schlüssel

Weitere Karten  
Handy-Ladegerät und weitere Ladegeräte  
für Pentax, Satmap  
Ersatz-Akkus  
Taschenlampe/Stirnlampe

### **Hintere Ortliebtasche links**

Garderobe-Janina:

Rainlegs  
Regenhose und Gore-Jacke  
Regenüberschuhe  
Gore-Schuhe (an) + Sandalen  
Bufftuch + Handschuhe  
Schirmmütze  
5 Socken  
5 Unterhosen  
2 Blusen  
1 T-Shirt  
Fliesjacke  
Skiunterwäsche (für kalte Nächte)  
Skishirt (universal)  
2 Radunterhose  
Lange Hose  
Mittellange Hose  
Kurze Hose

Windbreaker  
Badeanzug + Schwimmbrille

Schlüssel

### **Lowridertasche rechts + links**

Essgeschirr:

Je 2x Besteck  
1x Schneide-Brett  
1x Löffel f. Primus  
2x Teller  
2x Becher  
2x Faltschüssel  
1x Faltsieb  
2x Waschbecken

Lederetui:

Dosenöffner  
Streichhölzer  
Feuerzeug  
Tütchen  
Seil mit Wäscheklammern  
Nähzeugdose + Angelschnur

Flammenwerfer

Müllbeutel

Spülschwamm, Spüli, Küchentuch  
Lebensmittel

Grundnahrungsmittel:

Gewürze  
Reis + Spaghetti  
Instant-Kaffee und Tee  
Nutella + Marmelade  
Müsli + Milchpulver  
Brot  
Kekse + Riegel + Salzgebäck  
Obst  
Ahoi-Brause

Weitere Nahrungsmittel