

## Checkliste «Was bringe ich mit»

### Kurse:

- Badesachen und Handtuch
- T-Shirt kurz oder lang (keine Baumwolle, wenn möglich)
- Shorts
- Wasserschuhe (falls vorhanden)
- Sonnenhut und Creme
- Trinkflasche
- Persönliche Medikamente

### Events:

- Handtuch
- T-Shirt und Shorts für auf dem Wasser
- **Trockene Ersatzkleider für nachher**
- Schuhe welche nass werden dürfen
- Sonnenhut und Creme
- etwas zum trinken
- persönliche Medikamente

### FAQ

Was ziehe ich am besten an auf dem Wasser?

- Sportkleider sind am besten, von uns gibt es eine Spritzjacke welche gegen Wind und Wetter schützt. Mit Shorts sitzt es sich am besten im Kajak oder Kanadier. Ersatzkleider nicht vergessen.

Was ziehe ich in der Pause an?

- Je nach Saison ist es noch kühl, daher empfehlen wir etwas langarmiges für die Pause mitzubringen.

Ich habe keine Wasserschuhe.

- Kein Problem, Barfuss geht auch oder du nimmst von uns Neoprenschuhe.

Schlechtwetter, was nun?

- Nass werden wir sowieso und genügend Ausrüstung auch für windige oder kältere Tage ist vorhanden. Wenn die Wetter Bedingungen die Sicherheit der Teilnehmer gefährden könnten wird der Kurs oder Event natürlich abgesagt oder verschoben und Ihr erhält das komplette Geld zurück.