

טיול לסלובניה קבוצת הסיירים

רשימת ציוד לטיול בחול

מס	תיאור הפריט	כמות
	<b>ביגוד רכיבה קיץ</b>	
1	חולצות	3
2	מכנסים	3
3	שרוולים	2
4	בנדנה	3
5	כפפות קצרות	3
6	גרבי רכיבה	7
	<b>בגדי חורף לגשם</b>	
1	שרוולי רגליים	2
2	מגן אוזניים	1
3	מגן צוואר	1
4	כפפות ארוכות	2
5	מעיל רוח	1
6	מעיל גשם	1
	<b>מיגון</b>	
1	מגיני ידיים	1
2	מגיני רגליים	1
3	משקפי שמש	2
4	משקפי לילה	1
5	קסדה טובה	1
	<b>תאורה</b>	
1	פנסים חזקה ( יש רכיבה במנהרה )	1
2	בטריה טעונה	1
3	נצנצים	1
4	<b>מטענים לטלפון ולתאורה + מתאם לחשמל + רב כבל</b>	1
	<b>ציוד תיקון חובה</b>	
1	פנימיות עם גיפה	3
2	אוזן חליפית	1
3	חוליות שרשרת מהירות	2
4	רפידות קידמיות	1
5	רפידות אחוריות	1
6	כבל הילוכים	2
7	כבל ברקס	2
8	צמיג 29 רזבי	1
9	מעביר הילוכים רזבי בקוסטיגנציה	2
10	שיפצים .	3
11	שרשרת רזרבה בקוסטיגנציה	1

	<b>ציוד לאופניים</b>	
1	משאבה בהתאם לונטיל	1
1	סט אלנים	2
1	חולץ שרשרת	3
1	פלייר + קטר	4
1	סכין	5
1	חווקים , סטריפים	6
1	בקבוק שתיה או שקית שתיה	7
1	תיק רכיבה 20 ליטר	8
1	מפתח לפדלים	9
1	מפתח שוודי	10
1	סרט לאריזה	11
1	שמן שרשרת	12
1	סמרטוטים	13
1	דיגריזר	14
1	מנקה שרשרת	15
1	מברג פיליס + מברג שטוח	16
	<b>חטיפים ג'לים משקאות אנרגיה</b>	
20	חטיפי אנרגיה – ממליץ על פוזיטיבי	1
50	BCAA	2
20	מגנזיום UP	3
8	כדורי מלח	4
1 קופסא	אבקה למשקה אנרגיה	5
	<b>עזרה ראשונה</b>	
1	ספרי פלסטר	1
1	יוד או פולידין	2
1	מספר גזות	3
2	תחבושת אישית	4
20	מספר פלסטרים	5
1	מספרים	6
1	אלכוהול לחיטוי	7