

## Koffercheckliste:

### Sachen, die unbedingt mitgenommen werden müssen:

- ❖ Schlafsack, Luftmatratze und Rucksack
- ❖ Trainingsanzug oder ähnliches für die Nacht
- ❖ lange Hosen und Pullover
- ❖ kurze Hosen und T-Shirts
- ❖ Unterwäsche und Socken für jeden Tag und 2 Satz zusätzlich
- ❖ Badeanzug / Badehose
- ❖ Handtücher und Waschzeug
- ❖ 2 Paar feste Schuhe
- ❖ Regenjacke und Gummistiefel (geeignet für längere Regenschauer)
- ❖ **Sonnenmilch, Sonnenhut, Mütze**
- ❖ Krankenversicherungskarte (bei der Abfahrt im Dorf abgeben)

### Sachen, die sich als nützlich erwiesen haben:

- Iso-Matte und kleines Kissen
- Decke und Kuscheltier
- große Tüte für dreckige Wäsche
- Badelatschen
- Tischtennisschläger (falls vorhanden)
- Taschenlampe
- Warme Jacke (eventuell Winterjacke)

### Sachen, die NICHT mitgenommen werden dürfen:

- Taschenmesser (jegliche Art von Waffen)
- Feuerzeug
- Handy und Game Boy
- Energy Drinks