

Checkliste für Wettkämpfe



AUFGABEN (am Vortag erledigen)

Kleidung

Material

Erledigt	Beschreibung	Erledigt	Beschreibung	Erled.	Bescheibung
	Informationen über die Strecke anschauen		Veloschuhe		100% intaktes Velo
	Ggf eigene Aufzeichnung aus Vorjahren konsultieren		Trikot		Lizenz
	Eigene Ziele für das Rennen definieren		Helm		Geld (für Startgebühr und Essen/Trinken)
	Velo putzen		Socken		Duschzeug
	Check Velo (vor allem Bremsen/Bremsbeläge, Schaltung, Laufräder)		Handschuhe		Wechselsachen für nach dem Wettkampf
	Startzeiten notieren		Brille		Essen/Trinken (vor und nach dem Wettkampf)
	...		Funktionsunterhemd		Velocomputer
			Mütze		Bidon/Riegel
			Armlinge/Beinlinge		Ersatzschlauch, Minitool, Pumpe
			Windjacke und/oder Regenjacke		...
			Überschuhe		
			...		