

Outdoor & Travel Outfitters

Roosendaal – Hogestede 4 – 4701 JD – 0165-528305 – rdl@outdoor.org

Bergen op Zoom – Fortuinstraat 17 – 4811 NM – 0164-245655 – boz@outdoor.org

Basispaklijst

Papieren

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> paspoort/identiteitskaart | <input type="checkbox"/> visa | <input type="checkbox"/> rijbewijs |
| <input type="checkbox"/> kentekenbewijs & groene kaart | <input type="checkbox"/> reis- en kredietbrief | <input type="checkbox"/> portemonnee |
| <input type="checkbox"/> valuta | <input type="checkbox"/> giro-/bankpas | <input type="checkbox"/> reischeques |
| <input type="checkbox"/> creditcards | <input type="checkbox"/> tickets, reispapieren | <input type="checkbox"/> lidmaatschapskaarten |
| <input type="checkbox"/> pen & papier | <input type="checkbox"/> adressenboek | <input type="checkbox"/> leesboek |
| <input type="checkbox"/> reisgidsen | <input type="checkbox"/> kaarten | <input type="checkbox"/> woordenboek/taalgids |
| <input type="checkbox"/> reisverzekering | <input type="checkbox"/> verzekeringskaart ziektenkosten | <input type="checkbox"/> lijst belangrijke tel. nrs. |
| <input type="checkbox"/> medisch paspoort | <input type="checkbox"/> inentingcertificaat | <input type="checkbox"/> kampeercarnet |

Apparatuur

- | | | |
|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> fotocamera | <input type="checkbox"/> videocamera | <input type="checkbox"/> statief |
| <input type="checkbox"/> gsm met waterdichte hoes | <input type="checkbox"/> mp3-speler, discman, CD's | <input type="checkbox"/> bijbehorende tassen |
| <input type="checkbox"/> laders | <input type="checkbox"/> batterijen, film, geheugen, kabels | <input type="checkbox"/> wereldstekker |
| <input type="checkbox"/> wereldontvanger | | |

Navigatie

- | | | |
|--------------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> kompas | <input type="checkbox"/> gps met waterdichte hoes | <input type="checkbox"/> hoogtemeter |
| <input type="checkbox"/> verrekijker | <input type="checkbox"/> kaarten | <input type="checkbox"/> waterdichte kaartmap |
| <input type="checkbox"/> horloge | <input type="checkbox"/> curvimeter | <input type="checkbox"/> stappenteller |
| <input type="checkbox"/> windmeter | | |

Kleding

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> zakdoeken | <input type="checkbox"/> onderbroeken | <input type="checkbox"/> ondersokken |
| <input type="checkbox"/> sokken | <input type="checkbox"/> BH's | <input type="checkbox"/> thermisch ondergoed |
| <input type="checkbox"/> T-shirts | <input type="checkbox"/> overhemden | <input type="checkbox"/> pulli |
| <input type="checkbox"/> fleecetrui | <input type="checkbox"/> korte broek | <input type="checkbox"/> afritsbroek |
| <input type="checkbox"/> trekkingbroek | <input type="checkbox"/> tropenbroek | <input type="checkbox"/> zwemkleding |
| <input type="checkbox"/> waterdicht en ademend jack | <input type="checkbox"/> waterdichte en ademende broek | <input type="checkbox"/> winddicht fleece |
| <input type="checkbox"/> regenponcho | <input type="checkbox"/> gamaschen | <input type="checkbox"/> bodywarmer |
| <input type="checkbox"/> gevoerd jack | <input type="checkbox"/> onderhandschoenen | <input type="checkbox"/> handschoenen |
| <input type="checkbox"/> wanten | <input type="checkbox"/> overwanten | <input type="checkbox"/> buff |
| <input type="checkbox"/> zonnepet | <input type="checkbox"/> col | <input type="checkbox"/> sjaal |
| <input type="checkbox"/> bivakmuts | <input type="checkbox"/> gezichtsmasker | |

Schoeisel

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> (berg)wandelschoenen | <input type="checkbox"/> sportschoenen | <input type="checkbox"/> sandalen |
| <input type="checkbox"/> waterschoenen | <input type="checkbox"/> canvasschoenen | <input type="checkbox"/> laplandlaarzen |
| <input type="checkbox"/> hutslofften | <input type="checkbox"/> gamaschen | <input type="checkbox"/> reserve-veters |
| <input type="checkbox"/> onderhoudsmiddel | | |

Beschermen en verzorgen

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> (kampeer)zeep | <input type="checkbox"/> (lichtgewicht) handdoek | <input type="checkbox"/> washandje |
| <input type="checkbox"/> tandpasta | <input type="checkbox"/> tandenborstel | <input type="checkbox"/> shampoo |
| <input type="checkbox"/> kam, borstel | <input type="checkbox"/> scheergerei | <input type="checkbox"/> oordoppen |
| <input type="checkbox"/> medicijnen | <input type="checkbox"/> zonnebril | <input type="checkbox"/> skibril |
| <input type="checkbox"/> gletsjerbril | <input type="checkbox"/> lippencreme | <input type="checkbox"/> zonnebrandolie |
| <input type="checkbox"/> aftersuncreme | <input type="checkbox"/> spiegelkje | <input type="checkbox"/> reservebril |
| <input type="checkbox"/> brildoekje | <input type="checkbox"/> brillenkoord | <input type="checkbox"/> lenzenvloeistof |
| <input type="checkbox"/> anticonceptie | <input type="checkbox"/> maandverband | <input type="checkbox"/> toilet papier |
| <input type="checkbox"/> porta potti | <input type="checkbox"/> klamboe (geïmpregneerd) | <input type="checkbox"/> muskietenhoofdned |
| <input type="checkbox"/> muggenolie | <input type="checkbox"/> voetverzorging | <input type="checkbox"/> EHBO-set |

Outdoor & Travel Outfitters

Roosendaal – Hogestede 4 – 4701 JD – 0165-528305 – rdl@outdoor.org

Bergen op Zoom – Fortuinstraat 17 – 4811 NM – 0164-245655 – boz@outdoor.org

Tent

- | | | |
|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> binnentent | <input type="checkbox"/> buitentent | <input type="checkbox"/> stokken |
| <input type="checkbox"/> haringen en rotspennen | <input type="checkbox"/> scheerlijnen | <input type="checkbox"/> tentluier |
| <input type="checkbox"/> tentfoudraal | <input type="checkbox"/> haringtrekker | <input type="checkbox"/> tenthamer |
| <input type="checkbox"/> bijl | <input type="checkbox"/> zaag | <input type="checkbox"/> kampschop |
| <input type="checkbox"/> tentreparatieset | <input type="checkbox"/> tent-impregneermiddel | <input type="checkbox"/> tarp met stokken |
| <input type="checkbox"/> bivakzak | | |

Zitten en slapen

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> zitlap | <input type="checkbox"/> stoelhoes slaapmat | <input type="checkbox"/> stoel |
| <input type="checkbox"/> tafel | <input type="checkbox"/> hangmat | <input type="checkbox"/> fleecedeken |
| <input type="checkbox"/> slaapzak | <input type="checkbox"/> lakenzak | <input type="checkbox"/> kussen & sloop |
| <input type="checkbox"/> duo isohoes | <input type="checkbox"/> slaapmat | <input type="checkbox"/> koppelsetje |
| <input type="checkbox"/> matreparatieset | <input type="checkbox"/> verlichting | <input type="checkbox"/> hoofd-/zaklamp & batterijen |
| <input type="checkbox"/> pyjama | | |

Keuken

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> brander | <input type="checkbox"/> branderonderdelen | <input type="checkbox"/> branderpasta |
| <input type="checkbox"/> brandstofflessen | <input type="checkbox"/> brandstof | <input type="checkbox"/> schenkdrop/trechter |
| <input type="checkbox"/> windscherm | <input type="checkbox"/> barbecue | <input type="checkbox"/> lucifers/aansteker |
| <input type="checkbox"/> pannen | <input type="checkbox"/> koekenpan | <input type="checkbox"/> pannengreep |
| <input type="checkbox"/> keteltje | <input type="checkbox"/> thermoskan | <input type="checkbox"/> koffiefilter |
| <input type="checkbox"/> bord | <input type="checkbox"/> bestek | <input type="checkbox"/> mok |
| <input type="checkbox"/> drinkfles | <input type="checkbox"/> waterzak | <input type="checkbox"/> douchekop |
| <input type="checkbox"/> waterzuiveringstabletten | <input type="checkbox"/> waterfilter | <input type="checkbox"/> fles-en blikopener |
| <input type="checkbox"/> kurketrekker | <input type="checkbox"/> spateltje | <input type="checkbox"/> snijmesje |
| <input type="checkbox"/> kaasschaaf | <input type="checkbox"/> broodmes | <input type="checkbox"/> snijplank |
| <input type="checkbox"/> draadzaag | <input type="checkbox"/> boterdoos | <input type="checkbox"/> eierdoos |
| <input type="checkbox"/> navultubes | <input type="checkbox"/> afwasmiddel | <input type="checkbox"/> afwasborstel |
| <input type="checkbox"/> schuurspons | <input type="checkbox"/> vaatdoekje | <input type="checkbox"/> (opvouwbaar) wasbak |
| <input type="checkbox"/> theedoek | <input type="checkbox"/> lamp | <input type="checkbox"/> lampenbrandstof |
| <input type="checkbox"/> lampenkousjes | <input type="checkbox"/> vuilniszakken | <input type="checkbox"/> koelbox & koelementen |

Levensmiddelen

- | | | |
|--|---|--|
| <input type="checkbox"/> koffie | <input type="checkbox"/> koffiefilters | <input type="checkbox"/> thee |
| <input type="checkbox"/> suiker | <input type="checkbox"/> melkpoeder | <input type="checkbox"/> peper/zout |
| <input type="checkbox"/> kruidenpotje | <input type="checkbox"/> boter/olie | <input type="checkbox"/> broodbeleg |
| <input type="checkbox"/> brood/hartkeks/crackers | <input type="checkbox"/> eieren/eipoeder | <input type="checkbox"/> gedroogde groente |
| <input type="checkbox"/> rijst/pasta/aardappelpuree/etc. | <input type="checkbox"/> instant maaltijden | <input type="checkbox"/> muesli/brinta |
| <input type="checkbox"/> energierepen | <input type="checkbox"/> limonadepoeder | <input type="checkbox"/> nooddrantsoen |

Diversen

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> dagrugzak | <input type="checkbox"/> travelpack | <input type="checkbox"/> toerrugzak |
| <input type="checkbox"/> drinkstelsysteem | <input type="checkbox"/> rugzakregenhoes | <input type="checkbox"/> rugzak flightbag |
| <input type="checkbox"/> waterdichte pakzakken | <input type="checkbox"/> travel space bags | <input type="checkbox"/> knijperloze waslijn |
| <input type="checkbox"/> waspoeder | <input type="checkbox"/> thermometer | <input type="checkbox"/> wandelstokken |
| <input type="checkbox"/> zakmes | <input type="checkbox"/> tool | <input type="checkbox"/> duikbril, snorkel, flippers |
| <input type="checkbox"/> textieltape | <input type="checkbox"/> ducttape | <input type="checkbox"/> seamgrip |
| <input type="checkbox"/> geldbuidel | <input type="checkbox"/> geldriem | <input type="checkbox"/> nekkussentje |
| <input type="checkbox"/> dompelaar | <input type="checkbox"/> naaisetje | <input type="checkbox"/> spelletjes |
| <input type="checkbox"/> reservesleutel auto | <input type="checkbox"/> paraplu | |

Disclaimer paklijsten

De paklijsten worden met grote zorg samengesteld, maar pretenderen niet compleet te zijn. Het kan voorkomen dat informatie in de lijst onjuist of onvolledig is. Wij kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor mogelijke schade, direct of indirect veroorzaakt door onjuiste of onvolledige informatie in de lijst, noch door andere onvolkomenheden in de hier geboden dienst. Aan de informatie in de lijst kunnen geen rechten worden ontleend.

Outdoor & Travel Outfitters

Roosendaal – Hogestede 4 – 4701 JD – 0165-528305 – rdl@outdoor.org

Bergen op Zoom – Fortuinstraat 17 – 4811 NM – 0164-245655 – boz@outdoor.org

Paklijst bergsport

In aanvulling op de andere paklijsten

Bergsport

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> klimgordel | <input type="checkbox"/> borstgordel | <input type="checkbox"/> integraalgordel |
| <input type="checkbox"/> leeflijn | <input type="checkbox"/> pofzakje met pof | <input type="checkbox"/> helm |
| <input type="checkbox"/> klimschoentjes | <input type="checkbox"/> abseilacht | <input type="checkbox"/> karabiners |
| <input type="checkbox"/> setjes | <input type="checkbox"/> klettersteigset | <input type="checkbox"/> afdaal- of stijghulpen |
| <input type="checkbox"/> nuts/friends | <input type="checkbox"/> stijgijsers | <input type="checkbox"/> stijgijservaste schoenen |
| <input type="checkbox"/> pickel | <input type="checkbox"/> ijsbijlen | <input type="checkbox"/> ijsschroeven |
| <input type="checkbox"/> touw | <input type="checkbox"/> touwzak | <input type="checkbox"/> bandschlinges |
| <input type="checkbox"/> lawinepieps | <input type="checkbox"/> lawinesonde | <input type="checkbox"/> sneeuwschep |
| <input type="checkbox"/> 5mm touw voor slede | <input type="checkbox"/> avalung | <input type="checkbox"/> lawinerugzak |
| <input type="checkbox"/> EHBO-set | <input type="checkbox"/> aluminium reddingsdeken | <input type="checkbox"/> bivakzak |
| <input type="checkbox"/> fluitje | <input type="checkbox"/> vuurpijlen | <input type="checkbox"/> breaklights |
| <input type="checkbox"/> spiegelkje | <input type="checkbox"/> druivesuiker | <input type="checkbox"/> hoofdlamp |
| <input type="checkbox"/> mes | | |

Disclaimer paklijsten

De paklijsten worden met grote zorg samengesteld, maar pretenderen niet compleet te zijn. Het kan voorkomen dat informatie in de lijst onjuist of onvolledig is. Wij kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor mogelijke schade, direct of indirect veroorzaakt door onjuiste of onvolledige informatie in de lijst, noch door andere onvolkomenheden in de hier geboden dienst. Aan de informatie in de lijst kunnen geen rechten worden ontleend.

Outdoor & Travel Outfitters

Roosendaal – Hogestede 4 – 4701 JD – 0165-528305 – rdl@outdoor.org

Bergen op Zoom – Fortuinstraat 17 – 4811 NM – 0164-245655 – boz@outdoor.org

Paklijst bergsport

In aanvulling op de andere paklijsten

Toerlanglauf

- | | | |
|--|---|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> toerlanglaufski's | <input type="checkbox"/> toerlanglaufschoenen | <input type="checkbox"/> schoenvet |
| <input type="checkbox"/> telescoopstokken | <input type="checkbox"/> stijgvellen | <input type="checkbox"/> vellenlijm |
| <input type="checkbox"/> afzetwax (voor wax ski's) | <input type="checkbox"/> anti-icing/glijwas | <input type="checkbox"/> pulka |

Toerski & telemark

- | | | |
|--|--|---|
| <input type="checkbox"/> toer-/telemarkski's | <input type="checkbox"/> toerski-/telemarkschoenen | <input type="checkbox"/> telescoopstokken |
| <input type="checkbox"/> stijgvellen | <input type="checkbox"/> vellenlijm | <input type="checkbox"/> harscheisen |
| <input type="checkbox"/> glijwas | <input type="checkbox"/> klimgordel | <input type="checkbox"/> leeflijn |
| <input type="checkbox"/> abseilacht | <input type="checkbox"/> karabiners | <input type="checkbox"/> afdaal- of stijghulpen |
| <input type="checkbox"/> stijgijsers | <input type="checkbox"/> pickel | <input type="checkbox"/> ijsschroeven |
| <input type="checkbox"/> touw | <input type="checkbox"/> bandschlinges | |

Sneeuw wandel

- | | | |
|--|-----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> sneeuw wandelschoenen | <input type="checkbox"/> extensie | <input type="checkbox"/> telescoopstokken |
|--|-----------------------------------|---|

Veiligheid

- | | | |
|--|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> lawinepieps | <input type="checkbox"/> lawinesonde | <input type="checkbox"/> sneeuwschep |
| <input type="checkbox"/> 5mm touw voor slede | <input type="checkbox"/> avalung | <input type="checkbox"/> lawinerugzak |
| <input type="checkbox"/> EHBO-set | <input type="checkbox"/> aluminium reddingsdeken | <input type="checkbox"/> bivakzak |
| <input type="checkbox"/> fluitje | <input type="checkbox"/> vuurpijlen | <input type="checkbox"/> breaklights |
| <input type="checkbox"/> spiegeltje | <input type="checkbox"/> druivesuiker | <input type="checkbox"/> hoofdlamp |

Reparatiemateriaal

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> reservestok of delen | <input type="checkbox"/> reservebinding | <input type="checkbox"/> skipunt (bij toerlanglauf) |
| <input type="checkbox"/> tape | <input type="checkbox"/> (smelt)lijm | <input type="checkbox"/> aansteker |
| <input type="checkbox"/> tool | <input type="checkbox"/> schroevendraaier | <input type="checkbox"/> bindingschroeven |
| <input type="checkbox"/> tie-wraps | <input type="checkbox"/> spanbandjes | |

Disclaimer paklijsten

De paklijsten worden met grote zorg samengesteld, maar pretenderen niet compleet te zijn. Het kan voorkomen dat informatie in de lijst onjuist of onvolledig is. Wij kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor mogelijke schade, direct of indirect veroorzaakt door onjuiste of onvolledige informatie in de lijst, noch door andere onvolkomenheden in de hier geboden dienst. Aan de informatie in de lijst kunnen geen rechten worden ontleend.

Outdoor & Travel Outfitters

Roosendaal – Hogestede 4 – 4701 JD – 0165-528305 – rdl@outdoor.org

Bergen op Zoom – Fortuinstraat 17 – 4811 NM – 0164-245655 – boz@outdoor.org

Paklijst EHBO

In aanvulling op de andere paklijsten

Wondbehandeling

- | | | |
|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> (watervaste) pleisters | <input type="checkbox"/> betadinepleisters | <input type="checkbox"/> hechtpleisters/zwaluwstaartjes |
| <input type="checkbox"/> rol leukoplast 2,5cmx5m | <input type="checkbox"/> steriele gaasjes | <input type="checkbox"/> zalfgaas |
| <input type="checkbox"/> flesje betadine of jodium | <input type="checkbox"/> alcoholdoekjes | <input type="checkbox"/> witte watten |
| <input type="checkbox"/> hydrofiel windsel 4cmx4m | <input type="checkbox"/> hydrofiel windsel 6cmx4m | <input type="checkbox"/> snelverband nr. 1 |
| <input type="checkbox"/> snelverband nr. 2 | <input type="checkbox"/> snelverband nr. 3 | <input type="checkbox"/> ideaalzwachtel 8cmx5m |
| <input type="checkbox"/> rol sporttape 5 cm breed | <input type="checkbox"/> elastisch netverband | <input type="checkbox"/> Compeed of Second Skin |

Geneesmiddelen

- eventuele persoonlijke medicatie
- Paracetamol 500mg: bij pijn en/of koorts
- Ibuprofen 400mg: sterkere pijnstiller
- Imodium® of Diacure® 2mg: tegen diarree (legt alles stil, handig bij reizen)
- ORS (=Oral Rehydration Solution): voorkomt uitdroging bij hevige of langdurige diarree
- Dulcolax® 5mg: bij verstopping
- Azaron- of Nestosylzalf: bij jeuk door insectenbeten
- Motilium® 10mg of zetpil 60mg: bij misselijkheid en/of braken
- Noscapine 5mg: bij aanhoudende prikkelhoest
- Primatour®: tegen wagen- of zeeziekte

Overig

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> schaarstje | <input type="checkbox"/> pincet | <input type="checkbox"/> veiligheidsspelden |
| <input type="checkbox"/> steriele naalden | <input type="checkbox"/> aansteker | <input type="checkbox"/> thermometer |
| <input type="checkbox"/> latex handschoenen | <input type="checkbox"/> tekentang | <input type="checkbox"/> slangenbeetsset |
| <input type="checkbox"/> mitella | <input type="checkbox"/> opvouwbare spalk | <input type="checkbox"/> aluminium reddingsdeken/-zak |

Samenstelling EHBO-set

De precieze inhoud van de EHBO-set is afhankelijk van de reis, het land, eventuele eerdere ervaringen, grootte en omvang van de groep (kinderen?), en natuurlijk van de deskundigheid van de gebruiker.

Een goedgevulde EHBO-set niet voldoende...

Bij buitensporten en kamperen is het noodzakelijk voorbereid te zijn op kleine huis-tuin-en-keuken ongelukjes als ook op levensbedreigende situaties. Basale kennis van EHBO en reanimatie is dan ook noodzakelijk en een EHBO-set met een minimale inhoud is onontbeerlijk. Basale verbandleer en hoe te handelen bij een ernstige situatie kun je leren tijdens een EHBO-cursus. Voor alles geldt: raadpleeg de handleidingen, gebruiksvorschriften en bijsluiters voor vertrek. Neem alleen zaken mee waarmee je vertrouwd bent.

Disclaimer paklijsten

De paklijsten worden met grote zorg samengesteld, maar pretenderen niet compleet te zijn. Het kan voorkomen dat informatie in de lijst onjuist of onvolledig is. Wij kunnen niet aansprakelijk worden gesteld voor mogelijke schade, direct of indirect veroorzaakt door onjuiste of onvolledige informatie in de lijst, noch door andere onvolkomenheden in de hier geboden dienst. Aan de informatie in de lijst kunnen geen rechten worden ontleend.

This document was created with Win2PDF available at <http://www.win2pdf.com>.
The unregistered version of Win2PDF is for evaluation or non-commercial use only.
This page will not be added after purchasing Win2PDF.