

Deine Triathlon Packliste

Allgemeines

- Lichtbildausweis
- ärztliche Befunde
- Startpass
- Zeitnahme-Chip
- Startgebühr

Schwimmen

- Neoprenanzug
- Schwimmbrille
- Bademütze
- Body Glide

Radfahren

- Sportsocken
- Radschuhe
- Radtrikot
- Rad-/Laufhose
- Helm
- Sportbrille
- Handschuhe
- ggf. Sport BH
- Trinkflasche
- Reparaturset
 - Ersatzschläuche
 - Flickzeug
 - Multitool
- Powerriegel
- Radcomputer
- Brustgurt zur Messung der Herzfrequenz

Laufen

- Laufschuhe
- Laufhose (verwende einfach deine Radhose)
- Sporttrikot
- Kappe
- Sportbrille
- Powerriegel

Nach dem Triathlon

- Handtuch
- genügend Energiereiche Nahrung
- Pflaster
- Wundcreme
- Duschgel
- T-Shirt
- Hose
- bequeme Schuhe
- Unterwäsche
- Socken
- Wärmekleidung