

Checklist voor een Slowby Trip

Om het je gemakkelijk te maken met in te pakken, hebben we een gedetailleerde checklist gemaakt van alles wat je mee moet nemen.

- Deze checklist is bedoeld als leidraad - er kunnen dingen zijn die je niet mee wilt nemen of die je juist wel wilt toevoegen. Jij bent degene die beslist!
- Als je met kinderen reist, mag je de rubriek niet missen.
- Maak je geen zorgen als je niet alles hebt, dat is absoluut normaal als je begint met traag reizen. Wij hebben voor jou de beste tips & tricks verzameld om materiaal te vinden of te huren.



Persoonlijke spullen

Dag

- Goede schoenen om te fietsen
- Geschikte kledij voor op de fiets (bijvoorbeeld: legging, sportbroek, merinotrui)
- Regenjas (verplicht, dit is 🇧🇪!)
- Zonnecrème en een hoed (je weet maar nooit ☀️)

Avond

Faciliteiten kunnen verschillen van tuin tot tuin. Sommige ambassadeurs bieden toegang tot douches, anderen niet. Je hebt altijd toegang tot een binnen- of buitentoilet. Hoe dan ook, we vertellen je van tevoren wat je kunt verwachten.

- Warme sokken
- Warme trui (we zijn nog in 🇧🇪)
- Externe batterij om jouw telefoon 's nachts op te laden

Hygiëne

- Tandborstel & tandpasta
- Toiletpapier (altijd goed om wat bij je te hebben)
- Een handdoek en zeep als er een mogelijkheid is om 's avonds te douchen - of een hygiënisch doekje

Apotheek

- Je eigen medicatie
- Aspirines, ontsmettingsmiddel en verband



Eten en drinken

Fietsen zal je hongerig maken, erg hongerig!

Kookapparatuur

- Een campinggasstel, inclusief een gasfles en een aansteker of lucifers
- Campingpannen
- Bestek: mes dat goed snijdt, vork, lepel, flesopener
- Schoonmaakmateriaal: ecologisch vaatwasproduct, plastic zak om jouw afval weg te steken, spons en handdoek.

Voedsel

Drie vuistregels voor fietstochten:

- *Zorg dat je altijd minstens een mueslireep bij je hebt. Onderweg honger krijgen is niet leuk.*
- *Je hoeft echter geen volle tas met eten mee te nemen. Jouw Slowby-route zal langs supermarkten en heerlijke bakkerijen passeren.*
- *Eet voordat je echt honger hebt! Geloof ons, je zal ons dankbaar zijn!*

- Ochtend** - oploskoffie of thee & een ontbijt dat kracht geeft (pindakaas, granenbrood, muesli)
- Overdag** - koekjes, mueslirepen
- Avond** - een makkelijke maaltijd om te koken zoals pasta. Vergeet niet om basiskruiden te nemen (zout, peper, paprika) en een beetje olie om te koken.

Drank

- Drinkbussen



Slapen in een tent

- Tent
- Matras
- Slaapzak
- Kussen (je kan ook wat kleding gebruiken)
- Opgeladen hoofdlamp
- Oordopjes

Slowby

Faire du vélo

Je rijdt met je eigen fiets. Maak je geen zorgen als je geen fiets hebt, we geven je onze beste tips & trucs om er een te vinden. Hoe dan ook, doe een technische controle van jouw fiets minstens twee weken voor jouw trip om ervoor te zorgen dat je klaar bent om te vertrekken. Als je twijfelt, kan je best vooraf een bezoekje brengen aan jouw plaatselijke fietswinkel!

- Een fiets in goede staat (wielen opgepompt, functionerende remmen)
- Een telefoonhouder om op jouw fiets te plaatsen zodat je jouw reisroute vlot kan volgen
- Fietstassen (wij raden dit sterk aan, reizen met een rugzak is erg vermoeiend)
- Fietsmateriaal: kleine pomp, set bandenlichters en reserve binnenbanden (let op de maat van jouw wielen!)
- Voor e-bikes: opgeladen batterijen

Het dragen van een fietshelm is in België niet verplicht, maar wel sterk aanbevolen voor volle dagen op de fiets.

Andere

- Jouw telefoon oplader. Je navigeert je Slowby-route met je telefoon.
- Je portemonnee met wat geld om onderweg te kunnen stoppen in een leuk lokaal café!