



Bohan benodigdheden deelnemers

Trailmateriaal

- Trailschoenen
- Trailrugzak
- Waterzak
- Compressiekousen / loopkousen
- Lang loopbroek
- Korte loopbroek
- Loop t-shirts
- Loop trui
- Loop kw
- Gelletjes
- Energiebars
- Recoveryshake poeder
- Recoveryshaker

Medicijnen

- Zonnecreme
- Aftersun
- Lippenbalsem
- Anti insecten spray

Toiletgerief

- Tandborstel
- Tandpasta
- Doucheegel
- Scheermes
- Scheergel
- Kam
- Nagelknippertje
- Toiletzak

Eten en drinken

- Kleine flesjes water voor in de auto

Electronica

- Pilamp
- Gsm + gsm oplader



- Sporthorloge + oplader

Kledij / schoenen / wandelen

- Wandel rugzak
- Bergschoenen
- Lage bergschoenen
- Baskets
- Teenslippers
- Zwembroek
- Zwemrugzak
- Zwemhanddoek
- Badhanddoeken
- Pet
- Kw
- Poncho of zak om over rugzak te trekken tijdens regen
- Gewone kousen
- Wandel kousen
- Ondergoed
- Shorts
- Zakdoeken
- Zak voor vuile wast
- Trui
- Jas
- Broeken
- Pyjama

Andere

- Zonnebril
- Brillendoos
- Portefeuille
- Paspoort
- Cash geld