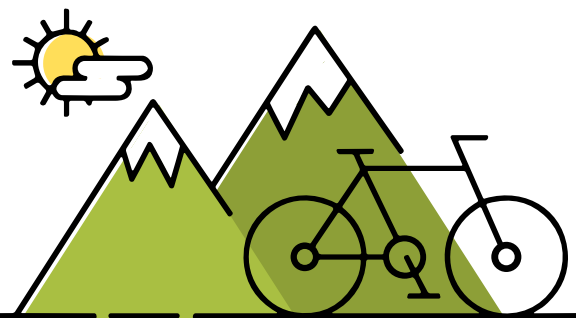


# Balící seznam pro bikepacking



Na co nezapomenout při bikepackingu? Pokud plánujete své první bikepackingové dobrodružství, můžete využít náš praktický balící seznam, který můžete flexibilně přizpůsobit své trase.



## Všeobecná výbava

Jak dlouho budete cestovat? Budete bydlet v penzionech, nebo pod širým nebem? Tato rozhodnutí ovlivní, jaké vybavení budete potřebovat. Níže najdete přehled doporučené bikepackingové výstroje.

### Brašny na kolo



- Brašna do rámu
- Brašna na sedlovku
- Brašna na řídítka
- V případě potřeby brašnu pod sedadlem
- Brašny na přední a zadní nosič, je-li to nutné
- .....

### Cyklistické oblečení



- 1–2 cyklistické šortky (dlouhé a krátké)
- 1–2 cyklistická trička
- Bunda do deště
- Kalhoty do deště
- Cyklistické rukavice
- Cyklistické boty (v případě potřeby s nášlapným systémem)
- Funkční spodní prádlo
- Sportovní podprsenka
- Ponožky
- Nákrčník
- Čepice
- Cyklistická přilba
- Cyklistické/sluneční brýle
- .....
- .....

Přizpůsobte své cyklistické oblečení ročnímu období a předpovědi počasí. Můžete také potřebovat:

- Větrovka
- Termo spodní prádlo
- Flísová bunda
- Lehká péřová bunda

Ve dnech, kdy budete mít přestávky, a také na přenocování, byste měli mít s sebou tyto věci:

- Tričko s dlouhým rukávem
- Kalhoty
- Flísová bunda nebo svetr
- Lehké boty

## Nářadí a příslušenství pro jízdní kolo



- Multiklíče
- Opravářská sada
- Pumpička
- Montpáky
- Náhradní duše nebo lepení
- Sada na opravu výpletu
- Náhradní ocelové lanko
- Náhradní řetěz
- Náhradní šrouby
- Olej na řetěz
- Hadřík
- Zámek na kolo

## Hygienické potřeby



- Zubní kartáček
- Zubní pasta / tablety na čištění zubů
- Mýdlo / sprchový gel
- Šampon
- Deodorant
- Holicí strojek
- Hřeben/kartáč
- Cestovní ručník
- Dámské hygienické potřeby
- Toaletní papír
- Kapesníky
- V případě potřeby i cestovní prací prostředek

## Lékárnička



- Sada první pomoci
- Náplasti na puchýře
- Opalovací krém
- Repelent proti hmyzu
- Pinzeta na klíšťata
- Dezinfekční prostředek
- Mast na poranění
- Léky proti bolesti
- Léky proti průjmu
- Osobní léky

## Ostatní



- Láhev na vodu
- V případě potřeby filtr na vodu
- Svačinky / energetické tyčinky
- Čelovka/svítilna
- Kapesní nůž
- Chytrý telefon (s offline mapovými podklady)
- Nabíječka
- Powerbanka
- Případně navigační/GPS zařízení
- Případně očkovací průkaz
- Doklady totožnosti
- Hotovost / kreditní karta
- Průkaz zdravotního pojištění
- Případně doklad o mezinárodním zdravotním pojištění
- .....



## Kempinkové vybavení pro bikepacking



Během vícedenní výpravy máte možnost přenocovat ve stanu. K tomu budete potřebovat další kempinkové vybavení, které by mělo být v ideálním případě velmi lehké a prostorově úsporné. Rozhodně nesmíte zapomenout na:

- Stan
- Podložka pod stan
- Karimatka na spaní
- Spací pytel
- Polštář, pokud je to nutné
- Kempinkový vaříč s palivem
- Zapalovač
- Nádobí na vaření
- Kempinkové příbory
- Kempinkové nádobí
- Prostředek na mytí nádobí, houba, utěrka na nádobí
- Jídlo, v případě potřeby hotové jídlo



Plánujete svou první výpravu na kole? Vše, co potřebujete vědět o přípravě a potřebném vybavení, jsme shrnuli v našem průvodci „[Bikepacking pro začátečníky](#)“.