

VTT



Velo an engem gudden Zoustand
 Sécherheitsvesten op der Strooss an de Code de la route respektéieren
 Defensiv fueren (Sécherheitsofstand, Geforen beuechten,...)
 Meteo beuechten (bei Donnerwiedersech a Sécherheet bréngen,...)



Helm (richteg ugedoen an zou)
 1-Hëllefrousse
 GSM
 Dréinkwaasser
 Fléckgeschir
 wiederugepasste Kleeder
 Kaart mat den Tier



um Wee bleiwen (Planzen an Déieren respektéieren)
 keen Dreck an d'Natur geheien
 keen onnéidege Kaméidi man



net am Biergop schalten, mä virdrun
 oppassen bei der Doséierung vun de Bremsen
 Verlagerung vum Gewicht no vir beim BiergOP
 Verlagerung vum Gewicht no hannen beim BiergOF
 bei net enk uleiende Boxen, riets Boxebeen oftapen (Verhedderungsgefor am Zennrad)

Sécherheet

gutt ausgerüst

Natur

Tipps

Waasseraktivitéiten



Rettungsboot dobäi hunn
 Meteo beuechten (bei Donnerwiedersech a Sécherheet bréngen,...)
 Am Grupp zesumme bleiwen



fest Schung, keng Flip-Floppen
 GSM am waasserdichte Sak
 Rettungsvesten (richteg ugedoen an zou)
 wiederugepasste Kleeder (Kappbedeckung, Sonnebrëll, Sonnecrème,...)
 Ofschleefseel mat Karabiner um Kayak



an der Aktivitéitszone bleiwen
 keen Dreck an d'Natur geheien
 keen onnéidege Kaméidi man



och um Waasser, net vergiessen eppes ze drénken