

## LISTA PARA UN VIAJE CON ALFORJAS.

### **\*ROPA Y ZAPATOS (Bici y vestir)**

- 2 EQUIPACIONES BICI
- 1 MALLA DE BICI.
- 5 PARES CALCETINES
- 3 CALZONCILLOS
- 1 PANTALON LARGO Y UNO MÁS FINO
- 4 CAMISETAS ALGODON
- TOALLA
- SUDADERA manga larga
- CHUBASQUERO
- ZAPATILLAS CICLISMO
- ZANDALIAS ANDAR Y ZANDALIAS DUCHA
- PANUELOS CABEZA Y BRAGA
- GUANTES CORTOS y LARGOS BICI
- GAFAS BICI

**Nota:** Para viajes que haga mucho frío, también un chaquetón tipo goretex. Para los países más cálidos con la sudadera y el chubasquero estoy cubierto en caso de que haga frío.

### **\*VARIOS**

- 1 MOCHILA PEQUEÑA.
- SACO DE DORMIR Y AISLANTE
- FRONTAL
- NAVAJA
- RIÑONERA
- GPS Y 3 PAQUETES DE PILAS
- MOVIL Y CARGADOR
- DOCUMENTACION (CARNET CONDUCIR, PASSAPORTE, BILLETE AVION, TARJETA CREDITO Y DINERO.)
- BOLSA HERRAMIENTAS BICI CON DOS CAMARAS.
- RADIO , PRESILLAS, CINTA AMERICANA, BROCHA, LUBRICANTE, TRONCHACADENAS, TROZO CADENA, JUEGO LLAVES, KIT PINCHAZOS, MAPAS, VASO , TENEDOR Y CUCHARA DE PLASTICO. TORNILLOS PORTABULTOS
- BOLSA DE ASEO.(champú, cepillo, pasta, m.afeitar, peine, desso,...)

### **\*BOTIQUIN E HIGIENE**

- ANTALGIN (Para dolores de cabeza)
- ESPIDIFEN
- CREMA LABIAL
- CREMA SOLAR
- TOALLITAS HUMEDAS
- SOUVIRAX (Para la fiebre de los labios)
- ANTIMOSQUITOS.
- PASTILLAS POTABILIZADORAS, GASAS, VENDAS, BETADINE, ESPARADRAPO.

**Nota:**

Esta lista se puede decir que es lo mínimo que se puede llevar a un viaje, tanto sea para 1 semana como para un mes. Sobre la marcha se puede ir lavando ropa. Si te falta cualquier cosa se puede ir comprando durante el camino.

A mí en particular me gusta ir exclusivamente con lo que he descrito. Reconozco ir ligero de equipaje pero que la experiencia me ha demostrado que siempre que termino la ruta pienso que me he llevado demasiadas cosas. Te puede servir tanto para viajes en sitios más fríos como más cálidos, sólo con añadir un chaquetón.

No llevo alforjas delanteras, pues todo lo meto en las traseras. Teniendo en cuenta que en una alforja meto el saco de dormir, el aislante inflable y la bolsa de aseo. El resto de cosas las reparto en la otra alforja y en una bolsa que llevo en el manillar.

La documentación, la tarjeta visa y el dinero siempre lo llevo encima en una bolsita estanca en un bolsillo del pantalón o en el mallot. No me gustan llevar nada fuera de las bolsas que he mencionado, reservando el espacio que me queda en el trasportin para cuando compras agua embotellada o comida.



En esta imagen se puede observar el equipaje que llevamos. Entre mis compañeros de fatiga y Yo la única diferencia es que ellos dejan fuera el aislante y el mío va dentro. Otra cosa muy importante para mí es que las alforjas sean sumergibles, así te olvidas totalmente cuando llueve. De hecho una vez me caí a un río y se sumergieron, cuando las rescaté estaba todo seco. El ir ligero de equipaje todo son ventajas, ante una avería solo con un clic quitas las alforjas y cuando tienes que coger algo dentro de ellas todo es más fácil. Para los que ya tienen las alforjas y no son impermeables hay un truquillo que es meter todas las cosas dentro de bolsas de plástico y también ponerle una funda impermeable cuando llueve.