

Kledingadvies

Zorg ervoor dat alle deelnemers op de hoogte zijn van dit kledingadvies. Het dragen van de juiste kleding kan een grote bijdrage leveren aan het plezier in de activiteit en je eigen veiligheid.

Allereerst enkele algemene belangrijke punten:

- Voor de brildragers is een touwtje voor de bril aan te raden.
- Een vuilniszak is altijd makkelijk voor de natte en/of vieze kleding.
- Denk eraan dat je sleutels, sieraden, portemonnees en mobiele telefoons goed opbergt.
- Met regen gaan al onze activiteiten gewoon door

Tip: voor vele activiteiten geldt dat het zeer prettig is om een dag rugzakje per persoon mee te nemen, waarin je zelf eten, drinken en een versnapering mee kan nemen.

Algemeen kleding advies voor alle activiteiten:

(sport) Kleding dat lekker zit, vies mag worden en tegen een stootje kan. Stevige schoenen of sportschoenen zijn aangeraden. Ons motto: Op slecht weer kun je je kleden, doe dit ook!

Regenkleding is altijd verstandig om mee te nemen en eventueel een extra setje kleding.

Hieronder aandachtspunten buiten het algemeen kleding advies voor sommige activiteiten:

ACTIVITEIT	KLEDINGADVIES
Mountainbiken	❖ Optioneel bandana of ander hoofddoekje voor onder de helm (voor je eigen hygiëne) ❖ Een broek met strakke pijpen. Zo voorkom je dat je broek tussen de ketting komt.
Kajak/ Raften	❖ Schoenen (bv. oude sportschoenen) die niet van je voeten kunnen glijden, dit i.v.m. het lopen op de stenen in de rivier met laag water ❖ Warme reservekleding + handdoek
Speleologie (XL)	❖ Vanuit ons krijg je een overall, deze dient ter bescherming van je kleding maar zorg dat je hieronder kleding hebt die zeer vies mag worden ❖ Stevige schoenen of regenlaarzen met grip die vies en nat mogen worden
Dropping <i>Portofoondropping</i>	❖ Zaklamp/ hoofdlampje
Paintball	❖ Je krijgt bij aanvang een overall en een masker uitgereikt ❖ <i>De verf wil nog wel eens door de overalls heen gaan dus trek kleren aan die vies mogen worden. De verf is normaal gesproken uitwasbaar</i>