



**16 – 19 SEPTEMBER 2026**  
**PAKLIJST**



# Goed voorbereid op pad

Deze paklijst geeft een goed inzicht in wat je nodig hebt tijdens Klimmen tegen kanker. Vul de lijst aan met je eigen wensen en streep weg wat jij overbodig vindt.

## Wandel-ACCESSOIRES

- Stevige wandelschoenen (goed ingelopen)
- Wandelsokken (optioneel)
- Drinkflessen of drinksysteem (minimaal 1,5–2 liter)
- GPS-horloge of telefoon met gedownloade routes (GPX-bestanden volgen uiterlijk een week voor het evenement)

Je benen doen het werk. Maar een goede voorbereiding maakt het verschil tussen genieten en afzien. Zorg dat je materiaal in orde is en loop je schoenen vooraf goed in.

# Goed voorbereid op pad

Belangrijk is om rekening te houden met verschillende weertypes. Bekijk voor vertrek het weer en maak op basis daarvan een definitieve keuze.

## Kleding

- Ondershirt
- Wandelbroek (afritsbaar aanbevolen)
- Klimmen tegen kanker loopshirt
- Extra paar sokken
- Lichtgewicht fleece of isolerende laag
- Wind- en waterdichte jas
- Hoofddekseel (pet, buff of muts)
- Handschoenen
- Regenbroek (optioneel, maar aanbevolen)
- Zonnebril
- Rugzak
- Regenhoes voor je rugzak

## Extra kleding

- Warme jas
- Droog shirt



# Goed voorbereid op pad

Jij zorgt zelf voor een veilig verloop van de dag.

## Veiligheid

- Goed ingelopen wandelschoenen
- Reflecterend hesje (verplicht bij regen en/of slecht zicht)
- Opgeladen telefoon
- Powerbank (optioneel)
- Paspoort/identiteitskaart (verplicht)
- Zorgverzekeringspas (verplicht)
- Voldoende eten en drinken (energiebars, noten, gels, fruit, etc.)
- Persoonlijke medicatie (indien van toepassing)
- Blarenpleisters / tape

