




HARDLOOP PAKLIJST

		
BEGINNER	TRAILRUNNER	GADGETS & ACCESSOIRES
<input type="checkbox"/> Hardloopschoenen <input type="checkbox"/> Sportsokken <input type="checkbox"/> Sport ondergoed <input type="checkbox"/> Broek <input type="checkbox"/> (thermo)Shirt	<input type="checkbox"/> Hardloop schoenen met grip <input type="checkbox"/> Extra droog shirt <input type="checkbox"/> Compacte wind/regenjas <input type="checkbox"/> Energierepen <input type="checkbox"/> (Blaren)pleisters <input type="checkbox"/> Paracetamol <input type="checkbox"/> Pinpas <input type="checkbox"/> Ov chipkaart <input type="checkbox"/> ID kaart	<input type="checkbox"/> Sporthorloge <input type="checkbox"/> Aludeken <input type="checkbox"/> Telefoon <input type="checkbox"/> Inklapbare drinkmok <input type="checkbox"/> Hardlooprugzak met drinksysteem <input type="checkbox"/> Hardloopstokken <input type="checkbox"/> Softflask

		
HARDLOPEN BIJ WARM WEER	HARDLOPEN BIJ KOUD WEER	HARDLOPEN BIJ NAT WEER
<input type="checkbox"/> Ademende kleding <input type="checkbox"/> Zonnebrand <input type="checkbox"/> Pet <input type="checkbox"/> Zonnebril <input type="checkbox"/> ORS <input type="checkbox"/> Extra water <input type="checkbox"/> Syntetische sokken	<input type="checkbox"/> Handschoenen <input type="checkbox"/> Muts <input type="checkbox"/> Buff <input type="checkbox"/> Warm ademend vest <input type="checkbox"/> Extra thermo shirt <input type="checkbox"/> Lange hardloop tight <input type="checkbox"/> Sokken van (deels)wol	<input type="checkbox"/> Lichtgewicht regenjack <input type="checkbox"/> Waterdichte hardloopschoenen <input type="checkbox"/> Drybag voor in hardlooprugzak <input type="checkbox"/> Hardloop gaitors



BUITEN BEGINT BIJ BEVER