

## ¿Que necesito llevar?

- Ropa cómoda para pedalear: camisetas, preferiblemente de algodón o transpirables y pantalones de ciclismo cortos o largos. Zapatillas de bici o similares.
- Ropa de abrigo (jersey, chaqueta...)
- Casco. Aunque su uso no es obligatorio.
- Guantes
- Ropa de lluvia (chubasquero, traje de agua...)
- Gafas de sol y crema solar cámara de fotos
- Toalla pequeña (nadador), bañador y zapatillas para el río.
- Bolsas de plástico o bolsa estanca para las alforjas para proteger nuestras pertenencias en los días de lluvia
- Una mochila pequeña

Además no olvide llevar un pequeño botiquín e ir siempre provisto de agua.

Debido al limitado espacio del vehículo, no deben llevar más de una maleta y bolsa o mochila por persona, en los viajes autoguiados esto es imprescindible.

***Consulta en cada ruta, pues en algunos casos nuestros corresponsales en destino y para ciertas rutas ya proveen de determinados aspectos y en todo caso esta información es preventiva.***