

CHECKLIST

Las cantidades descritas son solo una recomendación.



PARA PEDALEAR (EN LA BICI)

CAPAS + PROTECCIÓN



- ☐ 2 JERSEYS /
PLAYERAS DE
CICLISMO
- ☐ 3-4 PLAYERAS
DE MANGA CORTA
- ☐ 1 PRIMERA
CAPA TÉRMICA
- ☐ 1 FLEECE O CAPA
LIGERA CALIENTE
- ☐ 1 CHAMARRA
DE PLUMAS
- ☐ 1 CHAMARRA
IMPERMEABLE
(BUENA)

PARTE DE ABAJO



- ☐ 2 BIBS /
LICRAS
- ☐ 1 SHORT DE
CICLISMO
- ☐ 1 PANTALÓN
CÓMODO
- ☐ 1 PANTALÓN
IMPERMEABLE
LIGERO

EXTRAS PARA PEDALEAR



- ☐ 3-4 PARES DE
CALCETINES
- ☐ 1 PAR DE
GUANTES
- ☐ 1 PAR DE GUANTES
IMPERMEABLES
- ☐ BUFF /
CUELLO
- ☐ GORRO O
GORRA LIGERA
- ☐ LENTES PARA
VIENTO Y POLVO

ROPA NORMAL (PARA DESCANSO Y ACTIVIDADES)



- ☐ 3-4 PLAYERAS NORMALES



- ☐ 1 CHAMARRA
DE PLUMAS
- ☐ 1 PANTALÓN
CÓMODO



- ☐ TENIS O SANDALIAS
- ☐ ROPA INTERIOR Y
PIJAMA LIGERA

¿QUÉ LLEVAR EN LA BICI? (EN LAS MALETAS)

Solo lo indispensable para el día a día



- IMPERMEABLE
- CAPA CALIENTE
LIGERA
- GUANTES
- SNACKS /
COMIDA
- AGUA /
ELECTROLITOS
- PROTECTOR
SOLAR
- LENTE
- POWER BANK /
CARGADOR
- CELULAR
- DOCUMENTOS

OTROS IMPRESCINDIBLES (EN LA MALETA DEL COCHE AUXILIAR)



- TOALLA
PEQUEÑA
- ARTÍCULOS DE
HIGIENE PERSONAL
- MEDICAMENTOS
PERSONALES
- PAPEL
HIGIÉNICO
- TOALLITAS
HÚMEDAS
- LIP BALM
- CARGADORES
- BOLSA SECA PARA
ELECTRÓNICOS

EXTRAS



- CABLES
ADICIONALES
- BOTIQUÍN
BÁSICO

CHECKLIST

ROPA PARA LA BICI

- ☐ Short o bib de ciclismo
- ☐ Pantalón ligero
- ☐ Jersey o playera Dryfit
- ☐ Calcetines
- ☐ Zapatos de ciclismo
- ☐ Casco
- ☐ Guantes
- ☐ Lentes de sol
- ☐ Corta vientos

ROPA DE DESCANSO

- ☐ Calcetines
- ☐ Playera manga corta
- ☐ Playera manga larga
- ☐ Short o pantalón ligero
- ☐ Ropa interior
- ☐ Chaqueta impermeable
- ☐ Chaqueta de plumas o sintética
- ☐ Pantalón impermeable
- ☐ Gorra
- ☐ Sandalias
- ☐ Zapatillas

ARTÍCULOS DE HIGIENE

- ☐ Cepillo y pasta de dientes
- ☐ Protector solar y bálsamo labial
- ☐ Jabón
- ☐ Shampoo

Primeros auxilios

- ☐ Analgésicos/antiinflamatorios
- ☐ Medicamentos personales
- ☐ Antihistamínico
- ☐ Manta térmica de emergencia
- ☐ Repelente para insectos
- ☐ Protector solar
- ☐ Bálsamo labial

HERRAMIENTA

- ☐ Multiherramienta (Allen y Torx)
- ☐ Tronchacadenas
- ☐ Lubricante para cadena
- ☐ Bomba de aire
- ☐ Cámara(s) de repuesto
- ☐ Kit para parchar cámaras

ELECTRÓNICOS

- ☐ Teléfono
- ☐ GPS o ciclocomputadora
- ☐ Luces delantera y trasera
- ☐ Batería externa
- ☐ Cables de carga
- ☐ Cargador
- ☐ Adaptador
- ☐ Cámara y accesorios (opcional)

Diseñamos este checklist de esenciales para que no se te olvide nada antes de la aventura. **Úsalo como más te acomode** (impreso, en digital o aquí mismo) **y prepárate con calma: ¡aún queda tiempo!**

BIKE CHECKLIST

Las cantidades descritas son solo una recomendación.

En esta zona, **puedes llevar idealmente mas snacks!**, y la **ropa que te irás sacando o poniendo**. Un corta vientos, Impermeable, primera capa, gorro, anteojos.



Y en esta bolsa, la menos accequible. **Idealmente lleves una manta de emergencias, medicamentos, bolso de primeros auxilios.**

Accesorios de rápido acceso. Herramientas, luces, batería externa, cables, bloqueador solar, bálsamo labial.

En la página de Choike Bags puedes revisar, según tu modelo de bicicleta, cuál es el bolso que requieres.



Inicio

Equipamiento de Bikepacking para viajar en bicicleta. Bolsos hechos en Chile: Impermeables, Resistentes y con Garantía de por vida.

Choike

<https://www.choikebags.cl/?srsltid=AfmBOopHGOG9CAwyZDhguD-t-zlv5jvNGq1g4b6nn-cppvJgCcqJPW6l>