

## EQUIPAGGIAMENTO PER VIAGGI IN MOTO

Una check list di possibili cose da portare, per affrontare al meglio un tour motociclistico.

Togli (o aggiungi) oggetti in funzione delle tue esigenze: Durata del viaggio, condizioni climatiche, capacità di carico della moto.

Stampa questa pagina e spunta le caselle accanto agli oggetti che porterai con te conservandola per futuri viaggi.

DOCUMENTI	ACCESSORI MOTO
<input type="checkbox"/> Carta d'identità (verificare la validità)* <input type="checkbox"/> Patente (più fotocopia da conservare in luogo separato) <input type="checkbox"/> Libretto di circolazione* <input type="checkbox"/> Assicurazione RC* <input type="checkbox"/> Carta verde assicurazione* <input type="checkbox"/> Passaporto <input type="checkbox"/> Numeri ICE ( <i>In Case of Emergency</i> ) memorizzati su cellulare e/o post it da inserire su documento <input type="checkbox"/> Carte di credito e bancomat internazionali <input type="checkbox"/> Modulo constatazione amichevole <input type="checkbox"/> Manuale uso e manutenzione moto <input type="checkbox"/> Dati sanitari: - Tessera sanitaria - Gruppo sanguigno - Certificati di vaccinazione obbligatorie - Assicurazione sanitaria personale per incidenti e spese mediche. <input type="checkbox"/> _____	<input type="checkbox"/> Leve di frizione e freni (ant. e post.) <input type="checkbox"/> Cavo frizione e acceleratore <input type="checkbox"/> Fusibili ricambio <input type="checkbox"/> Lampadine luci ant., post. e frecce <input type="checkbox"/> Pastiglie freno ant. e post. <input type="checkbox"/> Liquido refrigerante <input type="checkbox"/> Olio motore e filtro olio <input type="checkbox"/> Liquido freni <input type="checkbox"/> Candele <input type="checkbox"/> Catena di trasmissione e smonta catena <input type="checkbox"/> Cavi ricarica batteria <input type="checkbox"/> Set Attrezzi <input type="checkbox"/> Cacciavite 8 in 1 <input type="checkbox"/> Set chiavi brugola <input type="checkbox"/> Set chiavi bussola <input type="checkbox"/> Chiave inglese <input type="checkbox"/> Pinze <input type="checkbox"/> Corde elastiche <input type="checkbox"/> Panno microfibra <input type="checkbox"/> Ragno elastico <input type="checkbox"/> Manometro portatile <input type="checkbox"/> Fascette metalliche e di plastica <input type="checkbox"/> Nastro isolante <input type="checkbox"/> Gilet catarifrangente (arancione) <input type="checkbox"/> Catena, lucchetto, bloccadisco <input type="checkbox"/> Grasso catena (olio per cardano) <input type="checkbox"/> Kit riparazione tubeless (bomboletta) <input type="checkbox"/> Fune <input type="checkbox"/> Tanica gonfiabile d'emergenza per benzina <input type="checkbox"/> Piastra cavalletto <input type="checkbox"/> Presa 12 V per moto <input type="checkbox"/> Interfono
ABBIGLIAMENTO MOTO	ABBIGLIAMENTO
<input type="checkbox"/> Casco <input type="checkbox"/> Sottocasco <input type="checkbox"/> Giubbotto leggero <input type="checkbox"/> Giubbotto in pelle <input type="checkbox"/> Giacca e sovrappantalone anti pioggia <input type="checkbox"/> Sovrastivali e sovraguanti anti pioggia	<p>(Per alcuni capi si consiglia la microfibra perché asciugano in fretta rispetto la cotone, sono leggeri, poco ingombranti, traspiranti al massimo con il calore, isolanti in caso di freddo).</p> <input type="checkbox"/> Biancheria intima (Slip, canotta/T-shirt, calzini) <input type="checkbox"/> Camicie maniche lunghe <input type="checkbox"/> Magliette (maniche corte, lunghe) <input type="checkbox"/> Tuta da ginnasta



KIT PRIMO SOCCORSO	VARIE ED EVENTUALI
<input type="checkbox"/> Antidiarroici <input type="checkbox"/> Antidolorifici <input type="checkbox"/> Antinfiammatori <input type="checkbox"/> Antistaminici <input type="checkbox"/> Antipiretici <input type="checkbox"/> Anticinetosici <input type="checkbox"/> Pomata (cortisonica, antibiotica, antinfiammatoria vulvo vaginale, per le emorroidi, contro le contusioni, le ustioni). <input type="checkbox"/> Collirio <input type="checkbox"/> Burro di cacao <input type="checkbox"/> Eventuale lista di intolleranze a medicinali <input type="checkbox"/> Forbicine <input type="checkbox"/> Garze <input type="checkbox"/> Bende <input type="checkbox"/> Acqua ossigenata <input type="checkbox"/> Amuchina <input type="checkbox"/> Ovatta <input type="checkbox"/> Cerotti <input type="checkbox"/> Termometro <input type="checkbox"/> Guanti in lattice <input type="checkbox"/> Pinzetta <input type="checkbox"/> Elenco delle malattie (fra cui le allergie) <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Copia chiave moto <input type="checkbox"/> Cartina stradale e/o navigatore satellitare <input type="checkbox"/> Notebook, penna USB <input type="checkbox"/> Cellulare e caricabatterie <input type="checkbox"/> Fotocamera <input type="checkbox"/> Batterie scorta fotocamera <input type="checkbox"/> Monete per i caselli (da tenere in luogo facilmente accessibile) <input type="checkbox"/> Blocco note, penna, matita <input type="checkbox"/> Piccolo set di cucito <input type="checkbox"/> Radio <input type="checkbox"/> Libri e passatempi <input type="checkbox"/> Ombrello <input type="checkbox"/> Numeri di emergenza <input type="checkbox"/> Sacca benzina in plastica usa-e-getta <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____ <input type="checkbox"/> _____

**NOTE AGGIUNTIVE:**

Verificare lo **stato delle gomme**.

Il **Bagaglio** deve essere compatto, basso e ben bilanciato. Considerando che la gran parte del bagaglio viene collocata nella parte posteriore della moto si verificherà un alleggerimento dell'avantreno, cui è possibile rimediare parzialmente aumentando il precarico della molla dell'ammortizzatore posteriore. In ogni caso è importante ripartire il carico uniformemente tra destra e sinistra e, nei limiti del possibile, tra retrotreno (borse laterali, bauletto, sella) e avantreno (borsa serbatoio). Se utilizziamo **borse laterali**, mettiamo gli oggetti più pesanti sul fondo, per tenere basso il baricentro della moto.

Cerchiamo di collocare tutto il **materiale "tecnico"** in una borsa; e tutto il vestiario in un'altra.

Non caricare mai eccessivamente il **portapacchi** posteriore, è la prima cosa che si può rompere con i saltellamenti.

Evitare di superare il **carico massimo** previsto dal costruttore.

In alcuni viaggi, le diverse **escursioni termiche**, possono accompagnarci da temperature estremamente calde ad improvvisi "colpi di freddo" sarebbe sempre opportuno utilizzare un completo in Goretex multistrato, cioè con l'interno termico sfoderabile.

L'utilizzo di un **paraschiena** è indispensabile sia per la funzione protettiva che per la funzione di sostegno lombare.

Nel caso in cui non utilizzate da tempo i vostri **stivali** sarebbe opportuno ingrassarli questo aiuterà a renderli idrorepellenti.

Anche durante dei viaggi con un **clima** molto caldo è importante coprire tutto il corpo per proteggersi da possibili ustioni, impatto con insetti e dalle conseguenze di eventuali scivolate.

Nei lunghi viaggi, soprattutto in paesi con climi torridi, sii **matiniero**, il pranzo deve corrispondere alla fine della tappa, al pomeriggio riposati e controlla l'**olio motore** ogni mattina.

Se possibile, evita di viaggiare con il **buio**.

Stai attento a dove lasci la **moto** senza custodia, o di notte, piuttosto dormi vicino al mezzo, soprattutto in Paesi o in zone difficili.

Le **chiavi** della moto, se viaggi in coppia, danne una copia al passeggero.

*Per concludere, ricorda di ripartire bene il carico per una guida sicura...  
**BUONA STRADA!***