



Omschrijving



Draai jij je hand niet om voor een flink stukje fietsen? Daag jezelf dan uit met dit insigne! Je stapt voor meerdere dagen op de fiets. Natuurlijk zorg je wel eerst voor een goede voorbereiding en maak je onderweg foto's, zodat je kunt laten zien waar je allemaal geweest bent.

Eisen

1. Bereid je voor op een meerdaagse fietstocht:
 - Controleer of je fiets in orde is en repareer waar nodig zelf, denk daarbij aan:
 - Hoogte zadel en stuur.
 - Remmen.
 - Versnellingen.
 - Verlichting/reflectoren (zoek uit wat wettelijk verplicht is).
 - Banden.
 - Spaken.
 - Het soepel lopen van alle bewegende delen.
 - Pak je persoonlijke bagage, tent, reparatieset en voedsel in en bevestig deze op verantwoorde wijze op je fiets. Alles moet dus goed vast zitten en in balans zijn.
 - Zorg voor de juiste kleding en houd daarbij rekening met je zichtbaarheid, ook in het donker.
 - Zet een route uit waarin je minimaal veertig kilometer per dag aflegt en maak een realistische planning waarin je van een aantal momenten per dag vastlegt hoe ver je wilt zijn. Je kunt hiervoor gebruik maken van middelen als GPS of een (fiets)routeplanner op internet.
2. Leg deze tocht af, waarbij je aantoont dat je:
 - De verkeersregels kent en je daaraan houdt.
 - Je fiets bij eventuele problemen onderweg zelf kunt repareren.
 - Zelf kunt bepalen wat de juiste versnelling is om in te fietsen.
 - De uitgezette route volgens de planning kunt volgen.

Tip: ga niet alleen op pad en houd onderweg je leiding op de hoogte van je vorderingen.
3. Maak onderweg een verslag waarin je bijzondere momenten, locaties en situaties vastlegt. Werk dit na terugkomst uit en voorzie het van foto's. Presenteer vervolgens aan je troep wat je hebt gedaan om deze tocht voor te bereiden en uit te voeren.