



SHANNEN DELILAH FIT

Show Day Packing List

FEMALE VERSION

DOOR SHANNEN DELILAH FIT
HERZIENE VERSIE 2021

IT'S YOUR

time to shine

Packing list – Meenemen naar wedstrijddag

- Wedstrijdpaspoort
- Speaker formulier
- Portemonnee (incl. identiteitskaart + contant geld eventueel voor de haarstyliste/visagiste)
 - Deelname + coach tickets
- Schema's en reserveringen (timetable, voeding, tanning)
 - Mobiel + oplader/powerbank
 - Camera + oplader
- Tas met je voeding (+ flesje water of bidon)
 - Luchtbed/matje + pomp of stretcher
 - Dekentje (denk om pluisjes)
- Kussens (hoofdkussens + iets om je benen mee omhoog te leggen)
 - Tijdschrift/boek/oordopjes
- Oud ruim shirt + niet te strakke slip (voor na de tanning)
 - Ruime trainingsbroek
 - Ochtendjas/kimono
 - Sokken/slofjes
 - Make-up (kunstwimpers)
- Make-up doekjes (ook voor bruine nagels na het tannen)
 - Haarborstel
 - Krul/stijltang + verlengsnoer/stekkerdoos
 - Haarlak (+ eventueel haarspeldjes)
 - Bikini + reserve bikini
 - Hakken + reserve hakken (you never know)
 - Sieraden (denk om de regels)
- Tanningproducten (voor last minute oneffenheden)
 - Bikini bite
 - Glaze/Show Shine
 - Plastic handschoentjes
- Weerstandsbanden (om mee op te pompen)
 - Schone slip + bh
 - Schone sokken
- Trainingspak (McDonald's proof ☺)

Ben je een avond voor de wedstrijd al op de wedstrijdlocatie of blijf je slapen?

Vergeet dan niet:

- Scheermes + scheerschuim
- Scrub (zonder olie)
- Tanning producten voor als je voor gaat tannen of volledig zelf gaat tannen
 - Toiletpullen
- Oude lakens/beddengoed + handdoeken (tanning all over the place)

*Enjoy babe!
xoxo Shannen Delilah*