

SHANNEN
DELILAH
FIT

Show Day Packing List

VOOR DAMES

**DOOR SHANNEN DELILAH FIT
VERSIE 2022**

time to shine

Packing list – Meenemen naar wedstrijddag

- Wedstrijdpaspoort (NBBF - als je die nog niet hebt, krijg je die daar)
 - Speaker formulier (NBBF - kan je ook daar krijgen)
 - Portemonnee (incl. identiteitskaart + contant geld eventueel voor de MUAH styliste)
 - 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 1 pers stretcher
 - Deken(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/sloffes
 - Make-up (kunstwimpers)
- Make-up doekjes (ook voor bruine nagels na het tannen)
 - Haarborstel
- Krul/stijltang + verlengsnoer/stekkerdoos
 - Haarlak (+ eventueel haarspeldjes)
 - Bikini + eventuele reserve bikini
 - Hakken + eventuele reserve hakken
 - Sieraden (denk om de regels)
- Tanningproducten (voor last minute oneffenheden)
 - Bikini bite
 - Glaze/Show Shine
- Plastic handschoentjes (voor je coach/hulp bij glazen)
 - Weerstandsbanden (om mee op te pompen)
 - Schone slip + bh
 - Schone sokken
- Trainingspak (McDonald's proof ☺)

*Enjoy babe!
xoxo Shannen Delilah*

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)