TEIL 1

PACKLISTE-WELLNESS

KLEIDUNG

- Kurze Hosen
- T-Shirts / Hemden
- Tops / Tank Tops
- Pulli / Sweatshirt
- Sommerkleider
- Rock
- lange Hosen
- Bikini / Badeanzug / Badehosen
- Unterwäsche
- Boxershorts (als Mann)
- BH (als Frau)
- Socken
- Dünne (Regen-) Jacke
- Cappie / Kopfbedeckung
- Wanderkleidung
- Bademantel
- _____

PACKZUBEHÖR

- Packtaschen*
- Koffer o. Handgepäckrucksack
- Tagesrucksack

SCHUHE

- Schicke Schuhe
- Sneakers
- Sandalen/Flip Flops
- Wanderschuhe

HYGIENE

- Kulturbeutel
- Zahnbürste
- Fluoridfreie Zahnpasta*
- Haarbürste
- Haargummis
- Nagelschere
- Pinzette
- Wattestäbchen
- Körperseife
- Shampoo
- Deo
- Menstruationsprodukte
- Feuchtigkeitstücher
- Handdesinfektionsmittel
- Rasierhobel mit Klingen
- Bisschen Make-Up
- Kontaktlinsen
- Elektrischer Rasierer
- Kondome
- Nachhaltige Sonnencreme*
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

TEIL 2

PACKLISTE-WELLNESS

TECHNIK

- Kamera
- Kamera-Ersatzakku
- SD-Karte
- Putztuch für Objektiv
- Kamerhalterung für den Wanderrucksack
- Smartphone
- Powerbank
- Ladekabel
- _____
- _____
- _____

NOTIZEN:

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

APOTHEKE

- Jod (zum Desinfizieren)
- Wasserfeste Pflaster
- Wundsalbe
- Iberogast
- Paracetamol
- Tigerbalm
- Buscopan
- Elektrolyte
- Kohletabletten
- _____

UNTERLAGEN

- Personalausweis / Reisepass
- Impfausweis
- Auslandskrankenversicherung
- (Int.) Führerschein
- Buchungsbestätigungen
- Bus-, Bahn-, Flug-, & Zugtickets
- Notfallnummern
- Kopien wichtiger Dokumente
- Wasserdichte ZIP-Beutel*

FINANZEN

- awa7 Reisekredtikarte*
- Bargeld
- RFID-Blocker*

SONSTIGES

- Trinkflasche
- Reisespiele
- Notizbuch & Stift