



Packliste Kleidung

- Hosen (lang und kurz), Gürtel
- Kleider, Röcke (je nach Vorlieben)
- T-Shirts
- Langarmshirts und Pullover
- Unterwäsche, Funktionsunterwäsche
- Socken
- Badeschuhe/Wasserschuhe für steinige Strände und Flip Flops
- Badekleidung – auch ein Set zum Wechseln – das beugt Harnwegsinfekten vor
- Regenjacke
- Je nach Bedarf: Abendgarderobe, Schmuck
- Sportbekleidung
- Kopfbedeckung z.B. Cap oder Sonnenhut
- Halstuch oder Multifunktionsstuch
- Schlafshirt/Pyjama
- Ggf. Bettwäsche (beim Urlaub im Ferienhaus) oder Jugendherbergsschlafsack
- Bei Reisen in tropische Länder helle Kleidung wählen – das zieht weniger Mücken an oder ausgewählte Kleidungsstücke mit Insektenschutz imprägnieren

Packliste Körperpflege & Kosmetik

- Mundhygiene (Zahnpasta/Zahnbürste/Zahnseide/Zahnzwischenraum-Bürstchen/Mundspüllösung)
- Duschgel, Shampoo, Deo (TIPP: feste Formen mitnehmen, dann läuft im Koffer nichts aus)
- Rasierer – am besten Nassrasierer, die benötigen keinen Strom
- Haarbürste (platzsparend sind klappbare Reisebürsten)
- Nagelpflegeset
- Pflegende und dekorative Kosmetik nach Bedarf
- Hygieneartikel (Tampons, Binden, etc.)
- Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor und Après-Sun-Lotion
- Bei Bedarf Kontaktlinsenpflege
- Evtl. Reiseföhn
- Wattestäbchen, Watte pads
- Handtücher, zum Beispiel platzsparende, schnelltrocknende Reisehandtücher
- Reisenähset

Packliste Technische Ausrüstung

- Powerbank fürs Smartphone oder die Kamera
- Steckdosen-Adapter, wenn notwendig
- Bluetooth Lautsprecher
- Foto- oder Filmkamera
- E-Reader
- Multitool für kleinere Reparaturen ins Gepäck stecken (nicht ins Handgepäck)



Zusätzliche Ausstattung für Backpacker

- Wetterbeständige Jacke
- Passende Wanderkleidung
- Mobiler Safe für Wertsachen
- Bequemer Trekkingrucksack mit Regenhülle
- Beutel für Schmutzwäsche, ggf. Dry Bags
- Sonnenbrille/Kopfbedeckungen für die Sonne
- Reisehandtücher
- Handwaschmittel
- Bequeme, bereits gut eingelaufene Trekkingschuhe
- Pinzette für Stachel oder Splitter
- Karten