

Packliste für den Backpacking-Urlaub

Gepäck

- großer Trekking-Rucksack
- kleiner Rucksack
- Drybag
- Bauchtasche
- Packwürfel

Papiere und Reiseunterlagen

- Ausweis oder Reisepass (Gültigkeit prüfen)
- ggf. Visum beantragen
- Flug-, Bahn-, Bus- und Fährtickets
- Impfpass
- Krankenversicherungskarte
- Versicherungsbestätigung der Auslandskrankenversicherung und anderer Reisepolicen
- (internationaler) Führerschein
- internationaler Studentenausweis
- Buchungs- bzw. Reservierungsbestätigungen für Mietwagen, Hotel usw.
- Tauchschein
- Passfotos
- digitale Kopie aller Unterlagen per Mail, in der Cloud oder auf dem USB-Stick

Finanzen

- Bargeld
- Kreditkarte(n)
- Girocard
- Brustbeutel bzw. Bauchtasche
- Notfallnummern von Hausbank und Kreditkarteninstitut
- TAN-Liste oder TAN-Generator (Online-Banking)

Vomex[®]

So kann es weiter gehen.

Kulturbeutel

- Shampoo, Duschgel, Seife
- Gesichtscreme, Handcreme, Bodylotion
- Sonnencreme, After-Sun-Lotion
- Deo, Parfüm, Aftershave
- Zahnbürste, Zahnpasta, Zahnseide, Mundwasser
- Rasierer, Rasierschaum
- Bürste/Kamm, Fön
- Nagelschere und -feile
- Schminkzubehör, Make-up-Entferner, Wattepad
- Kontaktlinsen und -zubehör
- Tampons/Binden
- Verhütungsmittel
- Hygienetücher

Reiseapotheke

- Pflaster
- Desinfektionsspray
- Pinzette und Sicherheitsnadeln
- Schmerztabletten
- Wund- und Heilsalbe
- Medikamente gegen Reiseübelkeit (z.B. Vomex A), Durchfall und Verdauungsbeschwerden
- Medikamente gegen Allergien
- Reisezieltypische Medikamente
- individuell benötigte Arzneimittel (in ausreichender Menge)
- beglaubigte Rezeptkopien oder ärztliche Atteste (auch in englischer Sprache)
- Insektenschutzmittel, Mückenstichsalbe
- ggf. Malaria-Prophylaxe
- ggf. Wasserreinigungstabletten

Kleidung & Schuhe

- Oberteile (Tops, Shirts, Pullover, Kapuzen- und Fleecejacken)
- kurze und/oder lange Hosen sowie Röcke
- Softshell-, Funktions- oder Regenjacke
- Badesachen
- Kopfbedeckung, wie Hüte und Mützen
- Unterwäsche, Strümpfe, Leggings
- Gürtel
- Sarong
- Pyjama
- Flip-Flops/Sandalen, feste Schuhe

Vomex[®]

So kann es weiter gehen.

Sonstige Ausstattung

- Mikrofaser-Handtücher
- Schlafsack-Inlay
- Handy (inkl. Ladekabel)
- Powerbank
- Digitalkamera (inkl. Ladegerät und weiterer Speicherkarten)
- externe Festplatte (zur Sicherung der Fotos)
- kleine Vorhängeschlösser (am besten Zahlenschloss)
- Brille, Sonnenbrille
- Kopfhörer
- Ohrstöpsel, Schlafbrille, Nackenkissen
- E-Book-Reader
- Stirnlampe
- Schweizer Taschenmesser
- Steckdosenadapter mit USB-Ports und Steckdosenleiste
- Reisewaschmittel
- Nähset

Vomex[®]

So kann es weiter gehen.