

PACKLISTE – Backpacking

Packen wir das? ...

Wenn man Reisefieber Kunde ist weiß man – Um nichts muss ich mich kümmern ... nur das Packen ist ein nötiges Übel – Damit auch das ein Zuckerschlecken wird haben wir die ultimative Packliste zum ausdrucken und abhaken für Backpacker für euch zusammengestellt – es gilt: So wenig wie möglich mitnehmen!

Aufbewahrung

- Rucksack mit Regencap (50 – 70 L)
- Tagesrucksack (Wandern und Ausflüge 15 – 20 L)
- Gürteltasche (Geld und Wertsachen)
- Umhängetasche (für Strand und City)
- Dokumententasche
- Zipperbeutel
- robuste Mülltüten für Schutzwäsche
- PacSafe (Schloss für Rucksäcke/Taschen)
- wasserdichte Beutel (DryBag)

Optional

- Kompressionsbeutel
- Spanngurte
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Geld und Dokumente

- Flug-Bahntickets
- Adresse der ersten Unterkunft
- Währungstabelle oder Umrechnungs- App
- gültiger Reisepass und laminierte Kopie
- Kreditkarte
- Versicherungskarte der
Auslandsrankenversicherung (oder Police)
- 100 – 300 US\$ oder € Bargeld (1\$ für Tipps)
- die wichtigsten Adressen und Nummern:
Auslandsrankenversicherung, Sperrnummer
Kreditkarte, Blutgruppe, Kontakt Reisebüro
Reisefieber

Optional

- Passbilder (für Visa-on-Arrival)
- Internationaler Führerschein
- Internationale Ausweise (Studenten etc.)
- Tauchschein und Logbuch
- Allergie Pass
- _____
- _____

Kleidung

- ☐ wetterfeste Jacke (Windstopper, Regenponcho)
- ☐ Fleecejacke (im Flugzeug, Bus, Zug ...Kalte
Klimaanlagen. Fleece ist leicht, trocknet schnell und
auch als Kissen geeignet)
- ☐ Kapuzenpulli
- ☐ langärmelige Sweatshirts
- ☐ langärmelige, hochgeschlossenes Hemd/Bluse
(für religiöse Stätten)
- ☐ (2) T-Shirt
- ☐ (2) Tanktops
- ☐ (3) Sporttops (schnell trocknender Funktionsstoff)
- ☐ Sport BH (atmungsaktiv, schnell trocknend)
- ☐ lange Trekking/Sporthose
- ☐ bequeme Jogginghose
- ☐ kurze Hosen
- ☐ 1 Rock oder Kleid
- ☐ Unterwäsche und Socken für 7 Tage
- ☐ (1) Sport/Berg Socken
- ☐ Bikini / Badehose
- ☐ Turn/Wanderschuhe
- ☐ FlipFlops/Sandalen
- ☐ Sarong (das Allzwecktuch)
- ☐ Buff (Multifunktionsstuch)
- ☐ Kappe oder Hut (Achtung Sonnenstich)
- Optional
- ☐ bei kalten Zielen:
Mütze, Schal, Handschuhe,
Thermounterwäsche, Daunenweste, warme –
wetterfeste Hose
- ☐ Jeans
- ☐ Abendgarderobe
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Kosmetik / Hygiene

- ☐ Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
(für Gesicht *nicht fettend* → in den meisten Länder
teuer)
- ☐ After Sun Lotion
- ☐ Zahnbürste und Zahnpasta
- ☐ Körper und Gesichtscreme
- ☐ Kamm / Bürste
- ☐ Deodorant
- ☐ Lippenpflege mit Lichtschutzfaktor
- ☐ Duschgel und Shampoo
- ☐ Reisehandtücher (schnell trocknend und
platzsparend)
- ☐ Reisewaschmittel (Tube)
- Optional
- ☐ Gesichtswaschlotion
- ☐ Rasierer (Ersatzklingen)
- ☐ After-Shave
- ☐ Parfüm
- ☐ Nagelknipser / Nagelpfeile
- ☐ Pinzette
- ☐ Haargummis / Haarspangen
- ☐ Wattestäbchen / Wattepad
- ☐ Taschentücher
- ☐ Klopapierrolle / Feuchte Toilettentücher
- ☐ Taschenspiegel
- ☐ Tampons / Slipeinlagen
- ☐ Make Up
- ☐ Schmuck
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Technik

- Smartphone + Aufladegeräte
- Kamera + (Tasche, Ladekabel, Speicherkarten, Ersatzakku, USB Kabel, externer Kartenleser)
- Ebook Reader *für Leseratten*
- Weltreiseadapter
- USB Stick
- Mp3 Player
- Kopfhörer
- Taschenlampe / Stirnlampe

Optional

- externe Festplatte (Backup Fotos und Reiseberichte)
- Power Tube (mobiler Akku)
- Kompass / GPS Gerät
- Mehrfachsteckdose mit langem Kabel
- Action Kamera z.B Go Pro
- _____
- _____
- _____

Utensilien

- Reiseführer
- Kleines Notizbuch und Stifte
- Sonnenbrille mit Etui
- Taschenmesser (Achtung nicht ins Handgepäck)
- Schlafmaske
- Hüttenschlafsack (Seidenschlafsack)
- Nackenkissen
- Sicherheitsnadeln

Optional

- Zelt, Isomatte, Campinggeschirr
- Spielkarten / Würfel
- Stück Wäscheleine / Klammern
- Feuerzeug
- (Schein) Ehering (*für alleinreisende Frauen*)
- _____
- _____

Reiseapotheke

- Mücken / Moskito Spray
- persönliche Medikamente (z.B Pille)
- Kopf und Schmerztabletten (Paracetamol, Aspirin)
- Desinfektionsspray
- Wund und Heilsalbe
- Tabletten gegen Reiseübelkeit
- Fenistil
- Pflaster (+Blasenpflaster)
- Tabletten gegen Durchfall (z.B. Kohle)
- Nasenspray
- Tigerbalsam
- Halslutschttabletten
- Schlaftabletten (Flug)
- Verbandszeug
- Tabletten / Salbe bei allergischen Reaktionen

Optional

- ggf. Malaria-Prophylaxe
- Kontaktlinsen (Ersatzlinsen)
- Fieberthermometer
- _____
- _____

Wenn die Packliste gefallen hat, würden wir uns freuen wenn sie geteilt und weiterempfohlen wird.

Für weitere Fragen stehen wir wie immer in Bischofswiesen oder unter info@reisefieber-191.de oder telefonisch unter +49 (0) 86526556382 zu Verfügung

Ihre und Eure Magdalena