

# PACKLISTE FÜR FRAUEN



Diese Packliste gibt einen Überblick über die wichtigsten Dinge, die beim Thema Gepäck eine Rolle spielen könnten.

Je nach individuellen Bedürfnissen und der Art der Reise kann es natürlich unterschiedlich sein, was am Ende im Rucksack / Koffer landet.

## Rucksäcke und Taschen

- Großer Rucksack
- Tagesrucksack
- Dokumententasche
- Drybag
- Wasserdichte Taschen
- Packwürfel
- Kulturbeutel
- Kamera-Inlay
- Organizer (Kabel etc.)
- Regenschutz Rucksäcke

## Wichtige Unterlagen

- Reisepass
- Personalausweis
- Führerschein
- Internationaler Führerschein
- Kreditkarten
- Impfpass
- Passfotos
- Adressen Familie/ Freunde
- Visum / ESTA
- Rückflugticket

## Kleidung

- Shirts
- Tops
- Langarmshirts
- Hemden
- Pullover
- Kleider
- Kurze Hosen
- Lange Hosen
- Leggings
- Regenjacke
- Jacke
- Sneaker
- Wander-/ Trekkingschuhe
- Flip Flops
- BHs
- Unterhosen
- Kurze / lange Socken
- Wandersocken
- Bikinis
- Hut / Mütze
- (Schlaufen-) Schal
- Tuch / Sarong
- Handschuhe
- (Sonnen-) Brille
- Wasserschuhe

## Kulturbeutel

- (Festes) Shampoo
- (Festes) Duschgel
- (Feste) Spülung
- (Feste) Gesichtereinigung
- Seifendose
- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Deo
- Sonnencreme
- Feuchtigkeitscreme
- Wattestäbchen
- Nagelset
- Rasierer / Epilierer
- Ersatzklingen
- Haargummis
- Pinzette
- Haarbürste
- Make-Up
- Tampons / Slipeinlagen
- Kontaktlinsen
- Kontaktlinsenflüssigkeit

## Medikamente

- Schmerzmittel (Ibuprofen)
- Wundheilsalbe (Bepanthen)
- Wunddesinfektion
- Pflaster
- Tape
- Verband
- Blasenpflaster
- Reiseübelkeit
- Magen-Darm (Buscopan/Iberogast)
- Durchfall (Imodium/ Loperamid)
- Kohletabletten
- Elektrolyte (Elotrans)
- Fieberthermometer
- Insektenspray (Autan/DEET)
- Malariaprophylaxe
- Fenistil
- Antiallergikum (Cetirizin)
- Nasenspray
- Labello
- Kondome
- Pille

# PACKLISTE FÜR FRAUEN



Diese Packliste gibt einen Überblick über die wichtigsten Dinge, die beim Thema Gepäck eine Rolle spielen könnten.

Je nach individuellen Bedürfnissen und der Art der Reise kann es natürlich unterschiedlich sein, was am Ende im Rucksack / Koffer landet.

## Laptop und Speicher

- Laptop
- USB-Hub
- Maus
- Ladekabel
- SD-Karten
- Festplatten

## Actioncam

- Actioncam
- Ersatzakkus
- Zubehör
- Handstativ
- Ladegerät

## Drohne

- Drohne
- Fernsteuerung
- Ersatzakkus
- Ladegerät

## Kamera

- Kamera
- Objektive
- Ladegerät
- Ersatzakkus
- Stativ
- Mikrofon

## Sonstige Technik

- Lightning Kabel
- USB-C Kabel
- Reiseadapter
- Powerbanks
- Selfiestick

## Unterhaltung

- Buch / E-Book-Reader
- Kopfhörer
- Musik-Box
- Tablet

## Sonstiges

- Reisehandtuch
- Reiseschlafsack
- Trinkflasche
- Zahlenschloss
- Taschenmesser
- Kleiderbeutel
- Hängematte
- Taschen-/ Kopflampe
- Kabelbinder
- Reisebesteck
- Pacsafe
- (Wäsche-) Leine
- Stifte
- RFID-Kartenschutz
- Oropax
- Tesa
- Nackenkissen
- Taucherbrille
- Schnorchel

## To-Do-Liste

- Reiseimpfungen / Malaria?
- Reisepass gültig?
- Visum erforderlich?
- Internationalen Führerschein beantragen
- Speicherkarten leer?
- Akkus geladen?
- Offline-Maps geladen?
- Apps installiert?
- Wichtige Dokumente scannen
- ...