

# \* Packliste Städtetrips \*

## **Koffer | Rucksack | Tasche**

- Rucksack oder Koffer (nicht größer als 55 cm x 40 cm x 20 cm)
- kleine Umhängetasche oder leichter Rucksack für Kleinkram
- Bauchgürtel
- durchsichtiger Beutel für Flüssigkeiten, max. 1 l (nur für Flugreisen)

## **Dokumente**

- Personalausweis oder Reisepass
- Visum (falls erforderlich)
- Tickets
- Auslandskrankenversicherung(spolice)
- Gesundheitskarte
- Geld (in der Währung des Reiseziels)
- Kreditkarte
- Kopien/laminierte Karte mit Infos (Adressen, Sperrnummern...)

## **Reiseapotheke**

- persönliche Medikamente (Anti-Baby-Pille, chronische Erkrankungen...)
- Pflaster
- Desinfektionsmittel (kleines Spray, Gel oder Tücher)
- Schmerzmittel (zur Behandlung von Entzündungen, Fieber...)
- Kohletabletten (gegen Durchfall)
- Antiemetika (gegen Übelkeit und Erbrechen)

## **Körperpflege | Sonstiges**

- Shampoo/Spülung
- Kamm oder Bürste
- Reisezahnbürste (zusammensteckbar)
- kleine Tube Zahnpasta
- Sonnencreme- oder spray mit hohem LSF
- Lippenpflege mit hohem LSF
- Dusch-Bodylotion (Duschgel und Bodylotion in einem)
- Deo
- Taschentücher
- Nähset (einige Sicherheitsnadeln, 1 Nadel mit langem Faden)

## **Nach Bedarf**

- Haargummis/Haarspangen
- Make-up
- Slipeinlagen, Tampons, Binden und/oder Menstruationstasse
- Kondome
- 1 Reisehandtuch

## **Technisches Equipment**

- Smartphone mit Ladekabel und In-Ear-Kopfhörern
- Kamera mit Speicherkarte und Ersatzakku
- Ministativ mit flexiblen Beinen
  
- Weltreiseadapter (je nach Reiseland)
- analoge Kamera mit Schwarz-Weiß-Filmen

# Kleidung

## Schuhe

- leichte oder festere Sneakers (je nach Reiseziel und Klima)
- faltbare Ballerinas oder Flip Flops (je nach Reiseziel und Klima)

## Milderes, mitunter auch kühleres Klima

- Beanie
- Sonnenbrille
- Schal/Tuch (je nach Reiseziel und Klima)
- Handschuhe (je nach Reiseziel und Klima)
- Regenschirm (je nach Reiseziel und Klima)
- Schlafsachen (je nach Vorliebe)
- Unterwäsche und Socken für die Dauer des Aufenthalts
- 1 Thermostrumpfhose oder Leggins
- Jacke nach Wahl (Parka, Allwetterjacke...)
- 2 Langarmshirts
- 1 Tunika oder Hemd
- 1 langes Kleid oder Rock zum Ausgehen (auch alltagstauglich)
- 1 Jeans

## Warmes bzw. heißes Klima

- Kappe oder Sonnenhut/Strohhut (je nach Reiseziel und Klima)
- Sonnenbrille
- leichtes Tuch oder Sarong
- Schlafsachen (je nach Vorliebe)
- Unterwäsche für die Dauer des Aufenthalts, Socken je nach Reiseziel
- Hoodie oder leichtes Jäckchen für abends

- 1 T-Shirt
- 1 Trägertop
- 1 leichte Tunika oder Hemd
- 1 lange Hose aus leichtem Stoff (Chino)
- 1 Rock, Kleid oder Shorts
- Bikini/Badeanzug (falls die Möglichkeit besteht)

## Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Alles gepackt?  
Dann kann es ja losgehen!

**Gute Reise & viele neue Eindrücke!**