



PACKLISTE- CHECKLISTE

Minimal & sicher **vorbereitet auf Reisen**. Für dich erstellt von **ReiseEnergie**, zwei Krankenpfleger auf Weltreise

Kleidung für alle Wetterlagen (Waschen alle 7 - 10 Tage)

- 2 Lange Hose / Leggings – Vermeide Jeans
- 1-3 Kurze Hose
- 1-2 Kleid/Rock/Jumpsuit – Am besten Schultern und Knie bedeckt
- 4 -6 T-Shirts /Tops
- 1 Langärmeliges Hemd
- 1 Langarmshirt Merinowolle + Thermo Leggings
- 1 Pullover
- Regenjacke
- Daunenjacke komprimierbar
- Cap + evtl. Wollmütze
- 9 Unterhosen, 9 Socken, 1-2 BH's
- 1-2 Badehose / Bikini /Badeanzug
- 1 Gürtel (optional)
- Sarong
- Turnschuhe
- Sandalen aus Gummi
- Evtl. Wanderschuhe
- Sonnenbrille
- Wäschesack

Technik - Aufbewahrung in Dokumententasche oder Kabletasche

- Handy + 2 Ladekabel
- Kopfhörer
- Steckdosenadapter
- Powerbank
- Kamera & Objektiv, 2 Akkus, SD Karten
- Kamera Zubehör: Mikrofon, Stativ
- Laptop + Ladekabel + USB C Adapter
- SSD Stick
- Smartphone SIM-Karten-Öffner
- Kofferwaage

REISEENERGIE



Lieblings-Gadgets und Zubehör

- Reisekopfkissen + Schlafmaske und Ohrstöpsel
- Stirnlampe / Taschenlampe
- Packwürfel
- Regenschutz für Backpack
- Kugelschreiber
- Spielkarten
- Bauchtasche
- Taschentücher
- Kofferschloss
- Reisehandtuch

Kulturbeutel minimalistisch

- Shampoo & Duschgel
- Zahnbürste + Zahnpasta
- Kamm/ Bürste
- Nassrasierer + Klingen
- Deo
- Ohrenstäbchen
- Nagelknipser
- Pinzette
- Parfümroller
- Sonnencreme
- Insektenspray



- Gesichtscreme/-Öl
- Make-Up + Abschminkpads
- Haargummis, Haarnadeln
- Periodenprodukte



- Haarspray oder Gel
- Trockenrasierer + Kabel
- Bartpflege

Dokumente & Geld - Kopien in Cloud sichern

- Reisepass
 - Impfpass
 - Reiseversicherungsunterlagen
 - Visa Karten (besser zwei als Backup)
 - Führerschein & Internationaler Führerschein
 - Evtl. Passbilder für Visum (wird selten gebraucht)
 - Taucher: Tauchlogbuch, Tauchtauglichkeit
- Tipp: Aufbewahrung in Bauchtasche

REISEENERGIE