

# Abifahrt Packliste

für Frauen und Männer



## Geld & Finanzen

- Auslandswährung
- Bargeld
- Brustbeutel mit RFID-Blocker
- EC-Karte
- Kreditkarte
- Portmonee ([Mini-Portmonees im Vergleich](#))

## Hygiene

- Apres Lotion (Reisegröße)
- Haarbürste / Kamm
- Deo (Reisegröße)
- Duschbrocken
- Reiseset: Shampoo, Spülung etc. ([gute Alternative: festes Shampoo](#))
- Haargummi
- Handcreme
- Kontaktlinsen + Zubehör
- Kulturtasche/Waschsalon ([meine Auswahl](#))
- Labello / Lippenbalsam
- Nagelpflegeset
- Rasierer für die Reise
- Rasierschaum für die Reise, ggf. Pinsel
- Rasierschaum für die Reise
- Schminkutensilien / Abschminktücher
- Sonnencreme (Reisegröße)
- Tampons / Damenhygieneartikel
- Taschentücher
- Verhütungsmittel / Kondome
- Verhütungsmittel / Pille / Kondome
- Zahnbürste + Zahnpasta für die Reise

## Kleidung

- Badesachen
- Fleecepullover/-jacke
- Funktionsunterwäsche aus Merinowolle
- Gürtel (leicht, mit Geldfach)
- Hosen / Shorts, kurz
- Hosen / Jeans, lang
- Mütze / Caps / Hüte

- Pullover / Sweatshirts
- Regenjacke / Regencape
- Schlafanzug / Pyjama
- Socken
- Softshelljacke
- Sonnenbrille
- T-Shirts
- Unterwäsche
- Wander- / Funktionssocken, mückensicher

## Medikamente / Apotheke

- Anti-Blasen-Stick
- Blasenpflaster
- Durchfalltabletten
- Erste-Hilfe-Set
- Herpescreme / Anti-Herpes-Stick
- Mückenschutz / Moskitospray (meine Erfahrungen und Tipps)
- Mückenschutz für Kleidung (meine Erfahrungen und Tipps)
- Insektenstichheiler (meine Erfahrung: eine Offenbarung)
- persönliche Medikamente
- Pflaster
- Schmerzmittel (Kopfschmerzen)

## Papiere & Unterlagen

- Auslandskrankenversicherung (Nachweis)
- Hülle (wasserdicht) für Reiseunterlagen
- Impfausweis / ggf. Allergiepass
- Krankenversichertenkarte
- Personalausweis
- Reiseführer
- Reisepass
- Reisepasshülle
- Reisetagebuch (meine Liste der schönsten Tagebücher)
- Schülerausweis
- Zugticket / Bahncard / Flugticket

## Rucksäcke & Taschen

- Grid-it Organizer (mein Test)
- Koffer/Trolley/Reisetasche
- Rucksack-Schutzhülle und Regenschutz
- Tagesrucksack

- Zip-Beutel für Handgepäck

## Schuhe

- Flip Flops / Hausschuhe / Badelatschen
- Schuhe (auch zum Wechseln)
- Trekkingsandalen
- Wanderschuhe

## Sonstiges

- aufblasbares Kopfkissen
- Brille / Kontaktlinsen + Etui
- Kofferanhänger
- Musikinstrumente / ggf. Noten
- Nähzeug
- Ohropax / Ohrstöpsel gegen Schnarcher
- Ohrstöpsel fürs Flugzeug, druckausgleichend
- Regenschirm
- Reisedecke für Zug/Bus/Flug
- 1 bis 2 Reisehandtücher (schnelltrocknend)
- Schreibzeug
- Schlafbrille
- Sicherheitsnadeln
- Spiele für draußen (Wikinger Schach, Frisbee)
- Spiele für drinnen (Kartenspiel)
- Tischtenniskelle + -ball
- Vorhängeschloss für Spind im Hostel
- Wasserflasche, faltbar
- Wörterbuch (Buch oder App)

## Technische Ausrüstung

- Bluetooth-Lautsprecher
- Digitalkamera inkl. Akku/Stativ
- Digicam-Hülle/-Case (wasserdicht)
- Handy inkl. Ladekabel
- Handyhülle, wasserdicht
- Kopfhörer
- Kopfhöreradapter für 2 Personen
- Ladegeräte für die Elektronik
- Powerbank
- SD-Karte
- Selfie-Stick

- Steckdosenadapter

## Zelten / Schlafen

- Bettwäsche
- Hüttenschlafsack/Inlet

## Corona

- Händedesinfektion
- ggf. Impfnachweis/Genesungsnachweis
- Impfpasshülle
- FFP2-Maske (FFP2-Masken im Vergleich)
- Schnelltests

Diese Packliste kannst du fortwährend unter <https://www.packlisten.org/abfahrt-packliste> abrufen.