

Auslandssemester / Erasmus Packliste

für Frauen und Männer



Geld & Finanzen

- Auslandswährung
- Bargeld
- Bauchtasche mit Geheimgeld
- Brustbeutel mit RFID-Blocker
- EC-Karte
- Kreditkarte
- Notfall-Telefonnummern der Bank
- Portmonee (Mini-Portmonees im Vergleich)
- TAN-Generator/App

Hygiene

- Haarbürste / Kamm
- Deo (Reisegröße)
- Duschbrocken
- Reiseset: Shampoo, Spülung etc. (gute Alternative: festes Shampoo)
- Haargummi
- Handcreme
- Kontaktlinsen + Zubehör
- Kulturtasche/Waschsalon (meine Auswahl)
- Labello / Lippenbalsam
- Nagelpflegeset inkl. Pinzette (für Zecken)
- Ohrenstäbchen, wiederverwendbar
- 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
- Gürtel (leicht, mit Geldfach)
- Handschuhe

- Hosen / Shorts, kurz
- Hosen / Jeans, lang
- Mütze (warm)
- Mütze / Caps / Hüte
- Outdoor-Shirt, kurz, aus Merinowolle
- Outdoor-Hemd, mückensicher
- Outdoor-Bluse, mückensicher
- Pullover / Sweatshirts
- Regenjacke / Regencape
- Schal
- Schlafanzug / Pyjama
- Socken
- Softshelljacke
- Sonnenbrille
- Sport- / Jogginghose
- Sport-BH
- Sportshirt / -oberteil
- Trekkinghosen, mückensicher
- T-Shirts
- Unterwäsche
- Wander- / Funktionssocken, mückensicher

Medikamente / Apotheke

- Anti-Blasen-Stick
- Blasenpflaster
- Durchfalltabletten
- Erste-Hilfe-Set
- Fiebertabletten
- 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

- Adressliste für Postkarten
- Auslandskrankenversicherung (Nachweis)
- Einladungsschreiben Uni
- Führerschein (inter- / national) / ggf. KFZ-Schein
- Hotel-/Hostelunterlagen
- Hülle (wasserdicht) für Reiseunterlagen
- Impfausweis / ggf. Allergiepass
- Krankenversichertenkarte

- Personalausweis
- Reiseführer
- Reisepass
- Reisepasshülle
- Reisetagebuch ([meine Liste der schönsten Tagebücher](#))
- Studentenausweis (inter-/national)
- Visum, falls erforderlich
- Wegbeschreibung
- Zugticket / Bahncard / Flugticket

Rucksäcke & Taschen

- Dry Bag / Packsack (wasserdicht)
- Grid-it Organizer ([mein Test](#))
- Handtasche
- Laptoptasche / Schutzhülle
- Packwürfel / Kleidertaschen ([meine Übersicht](#))
- Rucksack-Schutzhülle und Regenschutz
- Schutzhülle für Elektronik
- Tagesrucksack
- Trekkingrucksack
- Vakuum- / Kompressionsbeutel
- Zip-Beutel für Handgepäck

Schuhe

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

Sonstiges

- aufblasbares Kopfkissen
- Brille / Kontaktlinsen + Etui
- Buch / Zeitschrift
- Handwärmer (für die kalte Jahreszeit)
- Kofferanhänger
- Nähzeug
- Ohropax / Ohrstöpsel gegen Schnarcher
- Ohrstöpsel fürs Flugzeug, druckausgleichend
- Reisedecke für Zug/Bus/Flug
- 1 bis 2 Reisehandtücher (schnelltrocknend)
- Schreibzeug

- Schlafbrille
- Sicherheitsnadeln
- Stirnlampe / Taschenlampe + Batterien
- Vorhängeschloss für Spind im Hostel
- Wörterbuch (Buch oder App)

Technische Ausrüstung

- Digitalkamera inkl. Akku/Stativ
- Digicam-Hülle/-Case (wasserdicht)
- eBook-Reader (z. B. Kindle)
- externe Festplatte
- Handy inkl. Ladekabel
- Kopfhörer
- Kopfhöreradapter für 2 Personen
- Ladegeräte für die Elektronik
- Laptop inkl. Ladekabel
- Navigationsgerät / GPS-Gerät
- Powerbank
- SD-Karte
- SD-Kartenleser
- Steckdosenadapter

Zelten / Schlafen

- 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/auslandssemester-erasmus-packliste> abrufen.