

Packliste Fitnessstudio

für Frauen und Männer



Geld & Finanzen

- Bargeld
- EC-Karte
- Portmonee (Mini-Portmonees im Vergleich)

Hygiene

- Haarbürste / Kamm
- Deo (Reisegröße)
- Duschbrocken
- Reiseset: Shampoo, Spülung etc. (gute Alternative: festes Shampoo)
- Föhn für die Reise
- Handtuch zum Schwitzen
- Handtuch zum Duschen
- Haargummi
- Schminkutensilien / Abschminktücher
- Tampons / Damenhygieneartikel
- Taschentücher

Kleidung

- Umziehsachen (falls du in Sportsachen von zu Hause startest)
- Socken
- Sport- / Jogginghose
- Sport-BH
- Sportshirt / -oberteil
- T-Shirts
- Unterwäsche

Essen / Trinken

- Wasser

Medikamente / Apotheke

- persönliche Medikamente

Papiere & Unterlagen

- Führerschein (inter- / national) / ggf. KFZ-Schein
- Mitgliedskarte

Rucksäcke & Taschen

- Sporttasche
- Zip-Beutel für Shampoo etc.

Schuhe

- Badelatschen
- Sportschuhe

Sonstiges

- Buch / Zeitschrift
- Schreibzeug
- Vorhängeschloss für den Spind
- Wasserflasche, faltbar

Technische Ausrüstung

- Handy
- Kopfhörer
- Kopfhöreradapter für 2 Personen

Corona

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

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