

Reiseziel: _____ Reisedauer: _____

Vor der Reise

- Reiseversicherungen** (Krankenversicherung, Reiserücktritts- oder Gepäckversicherung)
- Impfungen** (Aktuelle Impfungen prüfen, ggf. Reiseimpfungen, z.B. gegen Gelbfieber, Tollwut)
- Reiseziele recherchieren** (Einreisebestimmungen, Visa, Sicherheitslage, Wetter)
- Visum beantragen** (falls erforderlich)
- Flug- und Hotelbuchungen** überprüfen (ggf. Sitzplatz und Mahlzeiten anpassen)
- Notfallkontakte** und wichtige Telefonnummern notieren
- Kreditkarten** freischalten für Auslandseinsätze
- Bargeld** in der Landeswährung besorgen (für die ersten Tage)

Dokumente und Geld

- Reisepass** (mindestens 6 Monate gültig)
- Personalausweis**
- Führerschein** (International?)
- Flug-, Bahn- oder Bustickets** (ausgedruckt oder digital)
- Buchungsbestätigungen** (Hotels, Transfers, Aktivitäten)
- Kreditkarten** (ggf. eine zweite als Reserve)
- Bargeld** (ggf. in Landeswährung)
- Notfallnummern der Bank** (zum Sperren von Kreditkarten)
- Kopien aller wichtigen Dokumente in Cloud/Dropbox speichern**
- Adresse und Kontakt der Unterkunft**

Gesundheit

- Impfpass** (aktualisiert)
- Rezeptpflichtige Medikamente** (inkl. ärztlichem Schreiben)
- Brille/Kontaktlinsen** (+ Reinigungsmittel & Ersatz)

- Sonnencreme** (hoher Lichtschutzfaktor)
- Mückenschutzmittel** (z.B. Anti Brumm Tropical)
- Reiseapotheke** (siehe „Reiseapotheke“ und Hygiene“)
- Reise-Krankenschutzversicherung**

Kleidung

- _____ x **Unterwäsche**
- _____ x **Socken**
- _____ x **T-Shirts/Tops**
- _____ x **Kurze Hosen**
- _____ x **Lange Hosen / Jeans**
- _____ x **Pullover/Sweatshirt** für kühle Abende
- _____ x **Leichte Jacke** (Fleece, Softshell oder Regenjacke)
- Flip-Flops & bequeme Schuhe** (z.B. Sneakers oder Wanderschuhe)
- Badekleidung**, Bikini/Badeshorts
- Schlafanzug**
- Mütze/Schal** (bei Reisen in kalte Regionen)
- Sonnenbrille

Reiseapotheke und Hygiene

- Schmerzmittel** (Paracetamol, Ibuprofen)
- Tabletten gegen Durchfall** (z.B. Imodium, Kohletabletten)
- Medikamente gegen Übelkeit**
- Wundsalbe** (z.B. Bepanthen)
- Pflaster**, Verbandsmaterial
- Fieberthermometer
- Zahnbürste / Zahnpasta und Mundpflege
- Duschgel/Shampoo** (feste Seife ist ideal für Reisen)
- Deo**
- Feuchttücher/Desinfektionsgel**

- Waschmittel** (z.B. Reisewaschmittel in der Tube)
- Sonnencreme & After-Sun Lotion**
- Rasierer & Rasiergel**
- Haargel/Haarspray**
- Nagelschere** //Pinzette
- Parfum**
- Kamm**
- Verhütungsmittel, Pille**

Reisetechnik und Zubehör

- Smartphone & Ladekabel**
- Powerbank**
- Kamera** (mit Ersatzakku und Speicherkarten)
- Universal-Adapter** (für Steckdosen in allen Ländern)
- Laptop/Tablet (falls notwendig)
- Kopfhörer**
- E-Book Reader (z.B. Kindle)
- Reisestativ** für Kamera
- Externe Festplatte** oder **Cloud-Speicher** für Fotos/Videos

Dinge je nach Reiseziel

- Trekkingschuhe** (für Wanderungen)
- Regenjacke** oder Poncho
- Sonnenschutz** (Hut/Kappe, Sonnenbrille)
- Handschuhe & Schal** (bei Reisen in kalte Gegenden)
- Tauch- oder Schnorchelausrüstung** (wenn vor Ort teuer)

Optionales

- Reisehandtuch** (leicht und schnell trocknend)
- Reisekissen** (aufblasbar oder Nackenkissen)
- Wäscheleine**
- Schlafsack** oder Inlett
- Wanderrucksack/Tagesrucksack**
- Ohrstöpsel** (für unruhige Nächte oder laute Umgebungen)
- Menstruationsutensilien
- Kleines Notizbuch & Stift

Sonstiges

- Passbilder** (z.B. für Visa-Anträge oder Führerschein)
- Nähset** (für kleine Reparaturen)
- Sicherheitsgeldgürtel** oder **Geldversteck**
- Ohne-Wörter-Buch** (zur Verständigung im Ausland)
- Reiseführer oder Kartenmaterial**
- Snacks/Notfallverpflegung** für längere Reisen
- Mehrwegflasche** (zur Wasseraufbewahrung)

Gepäck und Zubehör

- Reiserucksack** //Koffer (je nach Reisetyp)
- Packwürfel** für die Organisation der Kleidung
- Dry Bag** (wasserdicht für Elektronik)
- Wäschebeutel** für Schmutzwäsche
- Gepäckschloss**
- Koffergurt**
- Kofferanhänger**

Checkliste für Handgepäck

- Reisedokumente** (Pass, Visa, Tickets, Buchungen)
- Wertgegenstände** (Kamera, Laptop, Powerbank)
- Medikamente** (Tagesration und Notfallmedikamente)
- Feuchttücher/Desinfektionsmittel**
- 1 Liter Zip Beutel** für Flüssigkeiten
- Kopfhörer & Buch/E-Reader**
- Schlafmaske & Ohrstöpsel**
- Snack & Trinkflasche** (leer für Flughafen)
- Kaugummi**

Diese Packliste von ReiseDachs.de deckt alle wesentlichen Punkte ab, damit du bestens auf deine Reise vorbereitet bist!

«Hinweis: Die markierten unterstrichenen Links sind Affiliate-Links. Wenn du über diesen Link etwas bestellst, erhalte ich eine kleine Provision vom jeweiligen Anbieter. Für dich entstehen keine Nachteile und der Preis bleibt natürlich gleich. Danke das du ReiseDachs hilfst!

www.reisedachs.de