

Backpacking Checkliste

1. Rucksäcke, Tagesrucksäcke & Packzubehör:

- Hauptgepäck für die Frau
- Hauptgepäck für den Mann
- [Tatonka Server Pack 20l Tagesrucksack*](#)
- [Peak Design Kamerarucksack*](#)
- [Wasserdichte Zip-Beutel*](#) (für Dokumente)
- 2x [4er Set Amazon Basic Packtaschen*](#)
- [Zahlenschlösser für das Gepäck*](#)
- Großer Stoffbeutel für Schuhe

2. Finanzen & Geld:

- 1x [Santander Kreditkarte*](#) (die aktuell beste Reisekreditkarte)
- 1x [Comdirect Kreditkarte*](#) (Backup-Kreditkarte)
- 1x [Hanseatic Genialcard*](#) - Backup Kreditkarte
- TAN-Generator oder Banking App
- Telefonnummern der Bank
- Etwas Bargeld für den ersten Tag
- [RFID Blocker*](#)

3. Sicherheit:

- Brust- oder Bauchtasche
- [Pacsafe*](#)
- [Zahlenschlösser*](#) (für den Spind)
- [RFID Blocker*](#)

4. Wichtige Dokumente & Unterlagen

- Reisepass
- Personalausweis
- Impfausweis
- Versicherungsschein der Auslandskrankenversicherung
- Internationaler Führerschein (wichtig für das Roller mieten)
- Normaler Führerschein
- Buchungsbestätigung & Adresse der Unterkünfte
- Flug-, Bahn- und Bustickets
- Notfall- und Servicenummer der Bank und Reiseversicherung
- Kopien der wichtigsten Reisedokumente
- Plastikfolien für die Kopien

Kleidung

5. Kleidung Frau:

- Pulli oder Sweatshirt
- lange Hosen
- kurze Hosen
- T-Shirts
- Tops mit Trägern
- Bandeau Tops
- Kleid für Strand und Abends
- Bikini
- Unterhosen
- BH
- Kurze Socken
- [Regenponcho*](#)

6. Schuhe:

- Sneakers für den Alltag
- Flip Flops
- Halbhohe Wanderschuhe

7. Kleidung Mann:

- Pulli oder Sweatshirt
- lange Hosen
- kurze Hosen
- T-Shirts
- Tank Tops
- Schickes Hemd für Abends
- Badehose
- Unterhosen
- BH
- Kurze Socken
- [Regenponcho*](#)

8. Schuhe:

- Sneakers für den Alltag
- Flip Flops
- Halbhohe Wanderschuhe

Kulturbbeutel

9. Kulturbbeutel Frau:

- Kulturbbeutel
- [Bambus Zahnbürste*](#)
- Zahnpasta
- [Bürste von Tangle Teezer*](#)
- [Haargummi*](#)
- Nagelschere
- Pinzette
- Wattestäbchen
- Körperseife oder Duschgel
- Haarseife oder Shampoo
- 2x [Seifenbehälter*](#)
- [Sonnenmilch*](#) (nachhaltig, korallenfreundlich)
- Deocreme ohne Aluminium
- [Menstruationstasse*](#)
- [Rasierhobel mit Klängen*](#)
- Feuchtigkeitstücher
- [Handdesinfektionsmittel*](#)

10. Kulturbbeutel Mann:

- Kulturbbeutel
- Bambus Zahnbürste
- Zahnpasta
- Wattestäbchen
- Haarseife oder Shampoo
- Körperseife oder Duschgel
- Seifenbehälter
- Deocreme ohne Aluminium
- [Elektrischer Nassrasierer von Philips*](#)
- Sonnencreme (nachhaltig, korallenfreundlich)
- Kondome

Technik & Elektronik

11. Fotoausrüstung:

- Erstkamera: [Olympus OMD-EM1 Mark II*](#)
- [Olympus Weitwinkel Objektiv*](#)
- [Olympus Ersatz-Akku*](#)
- [Sigma Festbrennweite 16mm f 1.4*](#)
- Zweitkamera: [Sony Alpha 6000*](#)
- [Sony Zoomobjektiv SEL 55-210 mm*](#)
- [Sigma Festbrennweite 30mm*](#)
- [Sony Ersatz-Akku*](#)
- [Mini-Stativ mit beweglichen Beinen*](#)
- [Sirui Reisestativ aus Carbon*](#)
- [SD Karten + Ersatz*](#)
- [Kamera Reinigungsset*](#)
- [Dörr Kameratasche*](#)
- [Sony HDR Actionkamera*](#)
- [Schwimmgriff für Actionkamera*](#)

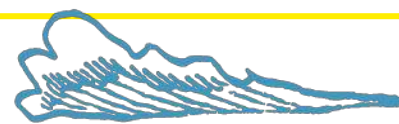
12. Laptops & Festplatten:

- [Laptop Nummer 1 \(Apple\)*](#)
- Laptop Nummer 2 (Apple)
- [USB-c Adapter](#)
- [Laptoptasche*](#)
- [Externe Festplatten*](#)

13. Weitere nützliche Technikausrüstung:

- [Kindle E-Book Reader*](#)
- [In-Ear Kopfhörer*](#)
- [Powerbank*](#)
- Smartphone 1 ([Huawei*](#))
- Smartphone 2 ([Iphone X*](#))
- [USB-Stick*](#)
- USB Kabel





14. Reiseapotheke:

- [Iberogast*](#) (leichte Magen-Darm Probleme)
- [Verdauungs Komplex*](#) (wenn nichts mehr geht)
- [Elektrolyte*](#) (Pusht bei Magen-Darm Problemen)
- Paracetamol (Fieber- und Schmerztabletten)
- [Azulenal Salbe*](#) (Wundheilsalbe)
- [Buscopan*](#) (Für die Frau bei Krämpfen)
- [Kohletabletten*](#)
- [iGel Augentropfen*](#)
- Wasserfeste Pflaster
- Blasenpflaster
- Tigerbalm
- Alkohol bei Desinfektionsmittel
- Jod
- Etwas Verbandsmittel

15. Sonstiges nützliches Zubehör:

- Sonnenbrille
- [Reisehandtuch*](#)
- Notizbuch & Kugelschreiber
- [Skip Bo Reisespiel*](#)
- Reise-Wäschesack
- [Veggiebags*](#)

Notizen:
