

# Frankreich Checkliste

## 1. Strandausrüstung:

- [Nachhaltige Sonnencreme\\*](#)
- [Strandmatte\\*](#)
- [Strandtasche\\*](#)
- [Drybag\\*](#) - für Bootsausflüge etc.
- [2x Reise- bzw. Strandhandtücher\\*](#)
- [Badeschuhe\\*](#) - für steiniges Meer usw.

## 2. 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\\*](#)
- Große Beutel für Schuhe

## 3. Finanzen & Geld:

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

## 4. Wichtige Dokumente & Unterlagen

- Reisepass
- Personalausweis
- Impfausweis
- [Auslandskrankenversicherung\\*](#) (Versicherungsschein)
- 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

## 6. Schuhe:

- Sneakers für den Alltag
- Flip Flops
- Schicke Schuhe für den Abend
- Halbhohe Wanderschuhe

## 7. Kleidung Mann:

- Pulli oder Sweatshirt
- lange Hosen
- kurze Hosen
- T-Shirts
- Tank Tops
- Langarmshirt
- Schickes Hemd für Abends
- Badehose
- Unterhosen
- Boxershorts
- Kurze Socken

## 8. Schuhe:

- Sneakers für den Alltag
- Flip Flops
- Schicke Schuhe für den Abend
- Halbhohe Wanderschuhe

# Kulturbeutel

## 9. Kulturbeutel Frau:

- Kulturbeutel
- [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. Kulturbeutel Mann:

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

## 11. Sicherheit:

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

# Technik & Elektronik

## 12. 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\\*](#)

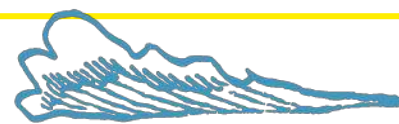
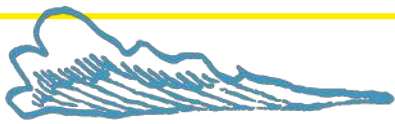
## 13. Laptops & Festplatten:

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

## 14. Weitere nützliche Technikausrüstung:

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





### 15. 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

### 16. Sonstiges nützliches Zubehör:

- Sonnenbrille
- [Französisches Wörterbuch\\*](#)
- [Skip Bo Reisespiel\\*](#)
- Reise-Wäschesack
- [Veggiebags\\*](#)

### Notizen:

---

---

---

---

---

---