

Backpacking Packliste - Männer von Urlaubstracker.de

Bekleidung

- Boxershorts
- Socken
- Schlafanzug
- Hosen (lang, kurz & ggfs. $\frac{3}{4}$)
- T-Shirts
- Langarmshirts
- Softshelljacke / Fleecejacke
- Regenjacke
- Badekleidung
- Mütze / Hut
- feste Schuhe
- Flip Flops
- Sonnenbrille

Kosmetik & Hygiene

- Kulturbeutel
- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Duschgel
- Shampoo
- Deo
- Gesichtscreme
- Sonnencreme / After Sun Lotion
- Rasierer
- Wattestäbchen
- Kamm
- Kontaktlinsen
- Pinzette
- Nagelschere
- Kondome
- Waschmittel
- Microfaser-Handtuch
- Desinfektionsmittel

Reiseapotheke

- persönliche Medikamente
- Mittel gegen Durchfall / Erbrechen
- Schmerzmittel
- Mittel gegen Übelkeit

- Desinfizierspray
- Mückenschutz
- Salbe gegen Insektenstiche
- Pflaster
- Blasenpflaster
- Erste-Hilfe-Set
- landesspezifische Medikamente wie Malariaphylaxe

Sonstige Ausstattung

- Bauchtasche / Tagesrucksack
- Geldbeutel
- Packwürfel / Pacsafe
- Dry Bag
- Vorhängeschloss
- Schlafsack
- Moskitonetz
- Stirnlampe
- Karabiner / Spanngurte
- Wasserflasche
- Kamera
- Speicherkarte
- Adapter
- Ladekabel

Dokumente

- Reisepass / Personalausweis
- Visum
- Auslandskrankenversicherung
- Krankenversicherungskarte
- Kreditkarte
- Tickets für Flug, Bus & Bahn
- internationaler Führerschein
- Impfausweis
- Passbilder