



Backpacking Packliste für Männer

Bekleidung

- Boxershorts
- Socken
- Schlafanzug
- Hosen
- T-Shirts
- Jacken
- 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
- Nageletui
- Kondome
- Waschmittel
- Microfaser-Handtuch
- Desinfektionsmittel

Reiseapotheke

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

- Mückenspray
- Salbe gegen Insektenstiche
- Pflaster/Blasenpflaster
- Erste-Hilfe-Set
- persönliche/
landesspezifische
Medikamente
- Desinfektionsspray

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 (z.B. DKB)
- Tickets für Flug, Bus & Bahn
- internationaler Führerschein
- Impfausweis
- Passbilder