

Packliste für Männer

Geld & Finanzen

- ☐ Bargeld
- ☐ EC-Karte
- ☐ Kreditkarte
- ☐ Notfall-Telefonnummern der Bank
- ☐ Portmonee



Hygiene

- ☐ Haarbürste / Kamm
- ☐ Deo (Reisegröße)
- ☐ Duschbrocken
- ☐ Reiseset: Shampoo, Spülung etc.
- ☐ Kontaktlinsen + Zubehör
- ☐ Kulturtasche/Waschsalon ([meine Auswahl](#))
- ☐ Sonnencreme (Reisegröße)
- ☐ Verhütungsmittel / Kondome
- ☐ Waschmittel für die Reise
- ☐ Zahnbürste + Zahnpasta für die Reise

Kleidung

- ☐ Badesachen
- ☐ Fleecepullover/-jacke
- ☐ Gürtel (leicht, mit Geldfach)
- ☐ Mütze / Caps / Hüte
- ☐ Outdoor-Shirt, kurz, aus Merinowolle
- ☐ Outdoor-Hemd, mückensicher
- ☐ Regenjacke / Regencape
- ☐ Schlafanzug / Pyjama
- ☐ Softshelljacke
- ☐ Sonnenbrille
- ☐ Trekkinghosen, mückensicher
- ☐ Unterwäsche
- ☐ Wander- / Funktionssocken, mückensicher

Medikamente / Apotheke

- ☐ Anti-Blasen-Stick
- ☐ Blasenpflaster
- ☐ Durchfalltabletten

- ☐ Mückenschutz / Moskitospray (meine Erfahrungen und Tipps)
- ☐ Mückenschutz für Kleidung (meine Erfahrungen und Tipps)
- ☐ persönliche Medikamente
- ☐ Pflaster
- ☐ Schmerzmittel (Kopfschmerzen)

Papiere & Unterlagen

- ☐ Citypass für Sehenswürdigkeiten (weniger anstehen, Zeit sparen)
- ☐ Führerschein (inter- / national) / ggf. KFZ-Schein
- ☐ Hop-on-Hop-off-Busticket
- ☐ Hotel-/Hostelunterlagen
- ☐ Hülle (wasserdicht) für Reiseunterlagen
- ☐ Karte / Landkarte
- ☐ Krankenversichertenkarte
- ☐ Personalausweis
- ☐ Reiseführer
- ☐ Reisepass
- ☐ Reisepasshülle
- ☐ Studentenausweis (inter-/national)
- ☐ Tickets für Erlebnisse ohne Anstehen
- ☐ Visum, falls erforderlich
- ☐ Wegbeschreibung
- ☐ Zugticket / Bahncard / Flugticket

Rucksäcke & Taschen

- ☐ Dry Bag / Packsack (wasserdicht)
- ☐ Regenhülle für Rucksack
- ☐ Tagesrucksack
- ☐ Trekkingrucksack
- ☐ Vakuum- / Kompressionsbeutel
- ☐ Zip-Beutel für Handgepäck

Schuhe

- ☐ Flip Flops / Hausschuhe / Badelatschen
- ☐ Schuhe (auch zum Wechseln)
- ☐ Trekkingsandalen
- ☐ Wanderschuhe

Sonstiges

- ☐ aufblasbares Kopfkissen
- ☐ Brille / Kontaktlinsen + Etui
- ☐ Buch / Zeitschrift
- ☐ Moskitonetz
- ☐ Nähzeug (für Zelt und Kleidung)
- ☐ Oropax / Ohrstöpsel gegen Schnarcher
- ☐ Ohrstöpsel fürs Flugzeug, druckausgleichend
- ☐ 1 bis 2 Reisehandtücher (schnelltrocknend) (mein Favorit im Test)
- ☐ Schreibzeug
- ☐ Schlafbrille (mein Favorit im Test)
- ☐ Stirnlampe / Taschenlampe + Batterien
- ☐ Stöpsel (für die Handwäsche im Waschbecken)
- ☐ Taschenmesser / Werkzeug
- ☐ Trinkblase für den Rucksack
- ☐ Vorhängeschloss für Spind im Hostel
- ☐ Wäscheleine, flexibel + Klammern
- ☐ Wasserflasche, faltbar

Technische Ausrüstung

- ☐ Digitalkamera inkl. Akku/Stativ
- ☐ Digicam-Hülle/-Case (wasserdicht)
- ☐ eBook-Reader (z. B. Kindle)
- ☐ Handy inkl. Ladekabel
- ☐ Kopfhörer
- ☐ Kopfhöreradapter für 2 Personen
- ☐ Ladegeräte für die Elektronik
- ☐ Powerbank
- ☐ SD-Karte
- ☐ Steckdosenadapter

Zelten / Schlafen

- ☐ Hüttenschlafsack/Inlet (mein Favorit im Test)
- ☐ Schlafsack

Corona

- ☐ Händedesinfektion
- ☐ ggf. Impfnachweis/Genesungsnachweis
- ☐ Impfpasshülle
- ☐ FFP2-Maske (FFP2-Masken im Vergleich)

☐ Schnelltests

Diese Packliste kannst du fortwährend unter <https://www.packlisten.org/packliste-fuer-maenner> abrufen.