

## Weltreise Packliste

Hier findest du die wichtigsten Antworten: Was gehört unbedingt in deine Tasche? Was lässt du besser zurück? Nur eins vorab...

Es gibt keine ultimative Packliste!!!

Du wirst auf jedem Reiseblog eine andere Packliste finden und jede wird etwas variieren. Das ist eine Typfrage und hängt davon ab, wohin die Reise geht, wie lange sie dauert, was für Aktivitäten geplant sind, ob du eine Frau oder Mann bist, ob du alleine oder mit einem Partner reist und vieles mehr. Die Frage ist immer, was brauchst du?

Nimm die Packlisten als Orientierungshilfe und pass sie entsprechend deiner Situation an. Und keine Panik, du kannst nichts verkehrt machen. Spätestens auf der Weltreise wirst du merken, was nicht funktioniert oder fehlt. Dann kannst du einkaufen gehen, Problem gelöst.

### Kleidung für 1 Woche

// Pack deine Lieblingsklamotten ein, die sich gut miteinander kombinieren lassen.

- 4-5 T-Shirt & Tops (leichte, luftige für die Tropen)
- 1-2 Longsleeve, bzw. Bluse / Hemd
- 1 Pullover (Hoodie)
- + 1 warmer Pullover für kältere Regionen
- 1 Beutel mit Unterwäsche, BHs & Socken
- 1-2 Bikini, bzw. Badeshorts
- 1 Schlauchtuch
- 1 Beutel für Schmutzwäsche
- 2-3 Shorts
- 1 lange Hose
- + 1 zusätzliche Hose für kältere Regionen
- Outdoor (bei Bedarf): Leggings (Frauen) oder Wanderhose
- 1 Regenjacke (für Aktive)
- 1 Flipflops
- 1 Sneaker / Ballerinas / Sandalen / Laufschuhe / Trailrunning Schuhe / Wanderschuhe  
Die Schuh-Formel: Ein Paar am Fuß + eins im Rucksack + Flip Flops

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Dokumente & Geldsachen

// Scanne alle deine Reisedokumente ein und lege sie dir digital ab.

- Reisepass mit 1-2 Kopien
- ggf. Visaunterlagen & Nachweise
- wasserdichter Zipp-Beutel für Reisepass
- Reispolice der Auslandskrankenversicherung
- internationaler Impfpass

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

### Weitere Reisedokumente (optional)

- Original EU-Führerschein + internationaler Führerschein (grau)
- internationaler Studentenausweis (Eintrittsermächtigungen)
- PADI-Tauchausweis
- Segelschein

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

- 2 Kreditkarten (Gültigkeit, Verfügungsrahmen, PIN)
- Unterlagen fürs Online-Banking (Zugangsdaten, TAN)
- Notfall-Bargeld: 100-200 US-Dollar (kleine Stückelung)

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

- extra Passbilder (für weitere Visa, auch digital für eVisa)
- kleines Portemonnaie
- Notfall-Telefonnummern
- Reiseunterlagen (Flug, Unterkunft)
- Bewerbungsunterlagen (Working Holiday Visum)

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Reiseapotheke

// Als Standard nehme ich oft folgendes mit:

- Schmerztabletten (Paracetamol oder Ibuprofen)
- Fieberthermometer (digital)
- Elektrolyte (bei Durchfall, z.B. Elotrans Pulver)
- Wunddesinfektion (Octenisept Spray)
- Antiseptikum (Betasisodona Salbe)
- Verbandszeug (Mullbinden, sterile Kompressen, Leukoplast)
- Pflaster (Blasenpflaster für Wanderungen)

### Optional

- verschreibungspflichtige Medikamente
- Verhütung (Pille)
- Kondome
- Malariamedikamente
- Reiseübelkeit
- Fenistil (Gel) oder bite away (Gerät): gegen Juckreiz bei Insektenstichen
- Augentropfen
- Antihistaminika (allergische Reaktionen)
- Magnesium Tabletten (für Muskeln nach Sport, Wanderungen)
- Tiger Balm (Muskelverspannung, Juckreiz Insektenstiche, Erkältungen)

### Hygiene- & Kosmetikartikel

- Kulturbeutel (mit Haken)
- Zahnhygiene: Zahnbürste, -pasta, -seide
- Shampoo / Conditioner (fest als Seife)
- Seife (statt Duschgel)
- Gesichtereinigung, -creme
- Makeup, Abschminksachen, kleiner Handspiegel, etc.
- Lippenbalsam
- Deo
- Bürste, Hairstyling, Haarklammern /-gummis, etc.
- Einmalrasierer für Frauen, bzw. (Elektro-) Rasierer für Männer
- Nagelknipser & -feile
- Pinzette, etc.
- Tampons, Slipeinlagen oder Menstruationstasse
- Sonnenmilch (1x groß, 1x mini)
- Ohrstöpsel

## Sonstige Ausrüstung

- Tagesrucksack / Umhängetasche
- Drybag (wasserdichter Packsack) + Silicagel
- Pack Towel mit Aufhänger
- Schlafsack-Inlett (auf Größe achten)

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Kleinkram

- 1 Beutel für Kleinkram
- Zipp-Beutel
- Taschenmesser
- Wäscheleine
- Sicherheitsnadel, Nadel & Faden
- Klebeband
- Kabelbinder
- Reisebesteck (Spork)

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Sonstiges

- 2 kleine Zahlenschlösser für großen Rucksack
- 1 großes Zahlenschloss für Schließfächer
- 1 mobiler Travelsafe
- Brille (bei Bedarf)
- Sonnenbrille
- Notizbuch & Stifte

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Elektronik

- Smartphone, Ladegerät, Kopfhörer
- Kamera mit extra Memorycard & Ersatz-Akku, Ladegerät, USB-Kartenleser
- USB-Memory-Stick / externe Festplatte für Datensicherung
- Mehrfachsteckdose mit USB-Ports

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Optional

- Laptop / Tablet / eReader
- Stromadapter
- Powerbank
- Lautsprecher
- Stirnlampe
- CASIO-Armbanduhr

<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	
<input type="checkbox"/>	

## Diese Artikel könnten dich noch interessieren:

// Öffne die blauen Links am Smartphone indem du den Link für eine Sekunde gedrückt hältst und am PC mit einem rechten Mausklick „Link in neuem Tab öffnen“.

Auf dem Blog findest du die gesamte [Weltreise-Packliste](#) mit noch mehr Tipps und einigen Produktempfehlungen. Reist du nur durch Südamerika? Dann schau dir die [Südamerika Packliste](#) an.

[So findest du den perfekten Rucksack für dich](#)  
[Die besten Handgepäck Rucksäcke im Vergleich](#)

[In nur 4 Schritten ist dein Rucksack gepackt](#)  
[Pack light: 7 einfache Tricks sich auf das wesentliche zu reduzieren](#)  
[Kennst du schon diese Packing Hacks?!](#)

[Das gehört in jede Reiseapotheke](#)  
[Ausrüstung-Tipps: Sicherheit auf Reisen](#)  
[Welche Schuhe mit auf Reise nehmen?](#)  
[23 Dinge, die in jeden Rucksack gehören](#)  
[Die Anti-Packliste: Das lässt du besser zu Hause](#)