

ULTIMATIVE REISE-CHECKLISTE



WICHTIGE DOKUMENTE

Ohne die richtigen Unterlagen kommst du nicht weit – deshalb stehen sie an erster Stelle.

- Reisepass oder Personalausweis, ggf. Visum
- Reiseversicherung und Notfallkontakte
- Flug- und Hoteldaten (digital & ausgedruckt)
- Kreditkarten (Haupt- und Ersatzkarte)
- Etwas Bargeld in der Landeswährung
- Rezepte für Medikamente, ggf. Atteste
- Treuekarten, Vielfliegernummern

GESUNDHEIT & REISEAPOTHEKE

Eine kleine Reiseapotheke sorgt dafür, dass du unterwegs nicht von Kleinigkeiten ausgebremst wirst.

- Verschreibungspflichtige Medikamente (+ Kopie des Rezepts)
- Schmerzmittel (z. B. Paracetamol)
- Pflaster, Blasenschutz, Desinfektion, Durchfallmittel, Antihistaminika
- Sonnenschutzmittel (mind. LSF 30, für Kinder 50)
- Insektenschutz & After-Bite-Produkte
- Brille oder Kontaktlinsen + Ersatz
- Tabletten/Armbänder gegen Reisekrankheit

GEPÄCK & TASCHEN

Dein Gepäck ist dein ständiger Begleiter – investiere hier in Qualität.

- Stabiler Rollkoffer (idealerweise mit 4 Rollen)
- Tagesrucksack für Ausflüge
- Kulturbeutel mit Aufhänger
- Dokumententasche mit Reißverschluss
- Faltbare Zusatz-Tasche für Souvenirs oder Extra-Gepäck

ULTIMATIVE REISE-CHECKLISTE



KLEIDUNG

Mit einer Capsule Wardrobe kommst du bestens aus – und bist für jede Situation vorbereitet.

- Unterwäsche & Socken für bis zu 10 Tage
- Oberteile (knitterfrei, atmungsaktiv)
- 2–3 Hosen oder Röcke
- Warmer Pullover oder Cardigan
- 1–2 Paar Schuhe (bequem & schick)
- Badebekleidung
- Leichte Jacke oder Mantel
- Accessoires nach Bedarf (z. B. Hut, Schmuck, Gürtel)

TECHNIK & GADGETS

Ganz ohne Technik geht es kaum – diese Helfer machen deine Reise leichter.

- Reiseadapter & Mehrfachstecker
- Smartphone & Ladegeräte
- Powerbank
- Kopfhörer (gern mit Noise Cancelling)
- Kamera + Speicherkarten
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Kabel-Organizer

TOILETTENARTIKEL

Der Klassiker unter den Packlistenpunkten – am besten in Reisegrößen.

- Zahnbürste & Zahnpasta
- Deo, Shampoo, Duschgel
- Hautpflege & Sonnencreme
- Rasierer & Zubehör
- Make-up & Entferner
- Damenhygieneartikel
- Nagelpflege-Set (Schere, Knipser, Feile)

ULTIMATIVE REISE-CHECKLISTE



REISE-HACKS & EXTRAS

Kleine Dinge, die den Unterschied machen.

- Packwürfel für Ordnung im Koffer
- Nackenkissen, Augenmaske, Ohrstöpsel
- Multifunktionales Halstuch
- Ersatzbeutel oder kleine Tasche für Strand & Souvenirs
- Handdesinfektion & Feuchttücher
- Snacks für unterwegs (z. B. Nüsse, Riegel)
- Schweizer Taschenmesser (nur im Aufgabegepäck)

EXTRA: REISEN MIT KINDERN

Für Familienreisen gilt: lieber eine Sache zu viel als zu wenig.

- Windeln & Feuchttücher
- Snacks & Trinkflasche
- Lieblingsspielzeug
- Reisebettchen oder Tragehilfe

EXTRA: STRANDURLAUB

Für Strandtage brauchst du ein paar spezielle Begleiter.

- Badebekleidung (mind. zwei Sets)
- Sonnenhut & Sonnenbrille
- Strandtasche
- Flip-Flops oder Sandalen
- Beutel für nasse Kleidung

ULTIMATIVE REISE-CHECKLISTE



EXTRA: SPORTREISEN

Wenn Bewegung im Mittelpunkt steht, darf diese Ausrüstung nicht fehlen.

- Funktionskleidung
- Sporttasche
- Sportschuhe
- Spezialausrüstung (z. B. Schwimmbrille, Klettergurt)

EXTRA: GESCHÄFTSREISEN

Für den professionellen Auftritt auf Reisen.

- Visitenkarten
- Anzug oder Blazer
- Laptop & Ladegerät
- Füsselrolle & elegante Schuhe

EXTRA: WINTERREISEN

Wenn du in kalte Regionen reist (Lappland, Island oder Skandinavien im Winter), solltest du unbedingt an diese Dinge denken:

- Thermounterwäsche (Merinowolle empfohlen)
- Handschuhe (Innen- & Überhandschuhe)
- Fleece- oder Wollpullover
- Warme Mütze & Schal / Buff
- Daunenjacke oder isolierte Winterjacke
- Sonnenbrille oder Schneebrille
- Wasserdichte, gefütterte Stiefel
- Wärmepads (Hand- & Fußwärmer)
- Wollsocken + Funktionssocken im Zwiebelsystem
- Lippenbalsam & reichhaltige Feuchtigkeitscreme