



## Reisecheckliste

### Geld, Karten, Ausweise (ins Handgepäck)

- Bargeld
- Reiseschecks
- Bankomatkarte  
(Freischaltung fürs Ausland)
- Kreditkarte mit Pin
- Reisepass
- Führerschein, intern. Führerschein
- Tauchschein, Segelschein
- Impfpass
- Notfallkarte der Reiseversicherung
- Krankenversicherungskarte (e-card)
- Grüne Versicherungskarte  
(bei Selbstfahrer-Reisen)
- 
- 
- 
- 
- 

### Bekleidung

- Unterwäsche
- Socken
- Schlafkleidung
- T-Shirt
- Hemd, Bluse
- Pullover
- Kleid, Rock
- Kurze Hose
- Lange Hose
- Abendkleidung
- Gürtel
- Jacke, Mantel
- Regenschutz
- Sportbekleidung
- Badekleidung
- Kopfbedeckung
- Halstuch, Schal
- Schuhe
- Sandalen
- Schmuck (ins Handgepäck)
- 
- 
- 
- 
- 
- 

### Hygiene und Pflege

- Zahnbürste, Zahnpasta
- Zahnseide
- Haarshampoo, -balsam
- Haarspray, -gel
- Seife, Duschgel
- Deo, Parfüm
- Rasierer, Rasierschaum
- Hautcreme
- Sonnencreme, After-Sun
- Lippenpflege-Stift
- Bürste, Kamm
- Haarföhn
- Haargummis, -spange
- Pinzette, Nagelzwickler
- Schminksachen, Spiegel
- Wattestäbchen
- Brille, Kontaktlinsen + Pflegemittel  
(ins Handgepäck)
- Binden, Tampons
- Handtücher, Waschlappen
- 
- 
- 
- 

### Technische Geräte und Zubehör

- Foto- und Videoausrüstung  
inkl. Tasche und Stativ
- Filme bzw. Speicherkarten
- Batterien, Akkus inkl. Ladegerät
- CD-Player, MP3-Player
- Kopfhörer, CDs, MDs
- Weltempfänger
- Mobiltelefon
- Steckdosenadapter
- Reisewecker
- Taschenlampe
- Laptop oder Tablet
- 
- 
- 
-



### Aktivitäten

- Reiseführer
- Stadtpläne, Landkarten
- Sprachführer
- Bücher
- Spiele (z.B.: Karten, Würfel, Reisespiele)
- Sportausrüstung
- Badetücher, Liegetuch
- Sonnenbrille
- 
- 
- 
- 

### Medikamente und andere Mittel

#### (Achtung Einfuhr!?)

- Medikamente, die du auch zu Hause regelmäßig benötigst (z.B. Anti-Baby-Pille, Asthma-Spray)
- Schmerzmittel (z.B. gegen Kopfschmerzen)
- Breitbandantibiotikum
- Mittel gegen Durchfall  
(Achtung: nie bei fiebrigem Durchfall und für Kleinkinder!)
- Mittel gegen Verstopfung
- Wund- und Heilsalbe, Desinfektionsmittel
- Verbandsmaterial  
(z.B. Mullbinden, Pflaster, Leukoplast, Schere)
- Nasentropfen, Ohrentropfen
- Hustenmittel, Halsschmerzmittel
- Fieberblasensalbe
- Insektenabweisende Mittel (Repellent)
- Salben gegen Juckreiz
- Mittel gegen Sonnenallergie
- Mittel gegen Reisekrankheit, Seekrankheit
- Fieberthermometer
- Verhütungsmittel, Kondome
- Malariaprophylaxe
- 
- 
- 
- 

Lass dich von deinem Arzt oder Apotheker beraten, was für die geplante Reise für dich notwendig und geeignet ist.

### Sonstiges

- Schreibzeug
- Adressbuch, -liste
- Passfoto
- Taschenmesser
- Schere
- Fernglas
- Gehörschutz
- Schlafbrille
- Rucksack, Umhängetasche
- Geldgürtel
- Taschentücher
- Toilettenpapier
- Wäschesack
- Waschmittel in der Tube
- Schuhputzsachen
- Nähzeug
- Reisebügeleisen
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
-



## zusätzliche Reisecheckliste speziell für Taucher

### Allgemeines

- Tauchbrevet
- Logbuch
- Nachweis der Tauchversicherung  
(Aquamed, DAN)
- gültiges Attest Spezialbrevet z.B: Nitrox
- Erste Hilfe Kit
- Taucherstempel
- Netztasche oder großen, leichten Beutel  
(z.B. Ikea Bag)
- Drybag
- Handtuch
- Ohrstöpsel speziell für Taucher Haube
- wiederbefüllbare Trinkflasche
- Klebeband, Alleskleber wasserfest
- Kabelbinder
- nicht vergessen alles beschriften
- Schnüre, Karabiner
- 
- 
- 
- 
- 

### Ausrüstung

- Tauchcomputer und Ersatzbatterien
- Anzug, Füßlinge, Neoprensocken
- Maske, Schnorchel, Flossen
- Kopfhaube oder Stirnband, Tuch
- Jacket
- Bleigurt oder Taschen (ohne Gewichte)
- Regler + INT-Adapter oder INT-Einsatz
- Handschuhe
- Lampe
- Signalmittel  
(Boje, Spiegel, Shaker, Tankbanger etc.)
- Reel, Strömungshaken
- Ersatzteile  
(Flossen-, Maskenband, O-Ringe...)
- 
- 
- 
- 
- 

### Film- und Fotoausrüstung

- Kamera und Objektive
- Akkus, Ladegeräte, Kabel und Ersatz
- Speicherkarten
- Verteilerdose, USB-Verteiler
- Tasche oder kleinen Rucksack
- Filter (Polfilter etc.)
- Unterwassergehäuse und passende Ports
- Ersatzkamera
- Blitz
- Stativ
- Fernbedienung (OW und UW)
- alle O-Ringe, O-Ring Silikonfett
- passendes Werkzeug  
(Imbus, Zange, Leatherman, Luftpumpe...)
- Putzzeug (Wattestäbchen, Alkohol, Putztücher,  
Radiergummi, Feucht Kontakt Spray)
- Card Reader
- externe Festplatte
- Blitze und Kabel
- Blitz- oder Lampenarme
- Fokuslicht oder Leuchte
- Schutz für Ports
- Bedienungsanleitung
- Sucher falls auswechselbar
- Taschenlampe oder Stirnleuchte
- Batterieladegerät und Akkus
- Ersatzbatterien
- 
- 
- 
- 
- 
-