

Unsere Abreise-To-do-Liste

**WELTWEIT
WANDERN**

Der Letzte macht das Licht aus! Die Taschen sind gepackt, die Fahrt zum Flughafen ist organisiert. Die Aufregung steigt. Jetzt nur nichts vergessen! Die Abreise-To-do-Liste von Weltweitwandern liefert Ihnen die ideale Check-Liste für einen unbeschwerten Urlaubsantritt.

Wochen vor der Abreise

- Passgültigkeit kontrollieren (bei manchen Destinationen muss der Pass noch mindestens 6 Monate gültig sein!)
- Einkauf von fehlender Ausrüstung erledigen
- Eventuell Teilzahlung für die Reise bezahlen
- Blumengießen/Haustier- & Gartenbetreuung für die Zeit der Reise organisieren
- Leerung des Briefkastens organisieren bzw. Post-Urlaubsfach buchen
- Tageszeitungsabo ruhend stellen/ umleiten!
- Gültigkeit & Passwort der Kreditkarte überprüfen
- Mail bzw. Postadressen von Familie & Freunden notieren (für Urlaubsgrüße)
- Fotokopien von wichtigen Dokumenten machen (Pass, Flugticket) und sich selbst mailen
- Nachbarn/Freunden Bescheid geben (evtl. Wohnungsschlüssel hinterlegen)

Falls erforderlich: Visum besorgen; Impfungen organisieren; persönliche Medikamente besorgen; Parken am Flughafen organisieren; passenden Netzadapter besorgen; Kontrolltermin beim (Zahn-)Arzt absolvieren; Versicherungen buchen; Bankomatkarte für außereuropäische Länder freischalten

Unmittelbar vor der Abreise

- Web-Check-in für Sitzplatzreservierung am Vortag des Abfluges
- Alle Fenster und Türen schließen (Wohnung, Keller, Terrasse, Balkon, Dach, Garage etc.)
- Alle elektrischen Geräte ausschalten (Wecker, Herd, Ofen, Boiler, Bügeleisen, TV, PC etc.)
- Alle Antennenstecker ziehen (TV, Video, Stereoanlage, PC)
- Alle Wasserhähne schließen (Waschmaschine, Geschirrspüler, Frostschutz beachten!)
- Heizung auf kleine Stufe bzw. ausschalten
- Kühlschrank und Mülleimer leeren

Falls erforderlich: Alarmanlage einschalten; Anrufbeantworter besprechen und einschalten; automatische Abwesenheitsnotiz für Mail-Posteingang schreiben; Taxi/Flughafenzubringer bestellen

Tipps zum Packen

- ≈ Am Besten nach dem „so viel wie nötig aber so wenig wie möglich“ - Prinzip packen! Überlebensnotwendige Dinge zuerst einpacken, den Rucksack anlegen und das Gewicht kontrollieren. Danach die restlichen Sachen einpacken, die noch unbedingt mitmüssen und zum Schluss nochmal das Gewicht kontrollieren.
- ≈ Bekleidung nach dem Zwiebelprinzip auswählen! Lieber viele dünnere Schichten als wenige dicke zum Anziehen mitnehmen. So hat man immer die beste Möglichkeit sich dem Wetter anzupassen.
- ≈ Eine Standard-Reiseapotheke gibt es nicht. Generell sollte man die nötigen Arzneimittel noch zu Hause kaufen, schon allein wegen der verständlicheren Beipacktexte.
- ≈ Fliegen Sie mit den Bergschuhen, Anorak und mit dem Tagesrucksack als Handgepäck. Das meiste andere kann man ausleihen bzw. schnell besorgen, falls mal das Gepäck nicht ankommt.
- ≈ Zweite, leichte Reisetasche (zum Deponieren nicht benötigter Kleidung im Hotel) für den Flug im Hauptgepäck verstauen, sonst müssten Sie ein zweites Gepäcksstück aufgeben.

Noch mehr
Pack-Empfehlungen & -tipps
auf wanderwissen.com



Unsere Pack-Empfehlung

**WELTWEIT
WANDERN**



„Meine Ausrüstung auf meinen ersten Reisen in den 1980er Jahren war unglaublich rudimentär. Selbst auf meiner mehrmonatigen Wanderreise durch Tibet hatte ich nur einen dünnen Schlafsack dabei, keinen Kocher, kein Zelt, nicht einmal eine Liegematte. An folgender Liste orientiere auch ich mich bei meinen aktuellen Reisen – natürlich muss man sie auf das jeweilige Reiseziel abstimmen.“ - CHRISTIAN HLADE

Gepäck:

- Große Tasche oder Rucksack eventuell Reisetasche mit Rollen, z. B. von »Tatonka« (bei Trekkingreisen ist Robustheit wichtig)
- Tagesrucksack ca. 30–45 l inklusive passender Regenhülle (eventuell zweite, leichte Reisetasche zum Deponieren nicht benötigter Kleidung im Hotel)

Bekleidung & Wanderausrüstung:

- Wanderhosen (in islamischen Ländern sind Shorts oft nicht so passend)
- T-Shirts (aus Merino-Wolle fürs Wandern)
- Langarmhemd/-shirt (auch als Sonnenschutz)
- Softshell- oder Fleece-Jacke, eventuell Pullover
- Funktionsjacke (regendicht & atmungsaktiv)
- Regen hose oder Regenponcho je nach Klima (eventuell ein kleiner Schirm)
- Unterwäsche (je nach Klima eventuell lang oder kurz)
- Trekkingsocken & normale Socken
- Wanderschuhe (knöchelhohe, stabile Trekkingschuhe mit guter Sohle; keine schweren, steigeisenfesten Bergschuhe nötig (ausg. Gipfeltrekking-Reisen)
- Turnschuhe (als Ersatzschuh und für abends)
- Schlafbekleidung (warm und bequem)
- Kopfbedeckung – Hut, Kappe, Mütze, Multifunktions-tuch (als Schutz gegen Kälte und Sonne)
- Plastiksäcke für Schmutzwäsche und eventuell als Regenschutz der Sachen im Gepäck

Je nach Bedarf & Klima: Trekkingsandalen (für etwaige Fluss durchquerungen); Teleskopwanderstöcke; dünne Handschuhe; »schönere« Kleidung für Hotel tage; Flip-flops, Handtuch & Badekleidung für Strandtage, Pool oder heiße Quellen

Sonnenschutz & Toilette Artikel:

- Sonnenbrille mit gutem UV-Schutz
- Brille und Ersatzbrille für BrillenträgerInnen (bzw. Ersatzbrille/linsen für Linsenträgerinnen)
- Sonnencreme mit und Lippschutz (hohem Schutzfaktor)
- Taschentücher und persönliche Toiletteartikel

Je nach Bedarf: Ohrstöpsel, Insektenschutzmittel, Kleiderwaschmittel (Umweltverträglichkeit beachten)

Diverses:

- Gültiger Reisepass (inklusive Kopie, eventuell eingescannt an die eigene E-Mail-Adresse schicken)
- Visum (falls erforderlich)
- Flugtickets, Ausweise, Reisedokumente
- Literatur (Reiseführer, Buch, Sprachführer)
- Taschenmesser (beim Flug nicht ins Handgepäck!)
- Wecker, Uhr, Schreibzeug, Notizbuch
- Fotoapparat inklusive Speicherkarten, Akkus & Ladegerät
- Trinkflasche ca. 1,5 l (vorm Einchecken am Flughafen ausleeren)
- Stirnlampe (inklusive Ersatzbatterien)

Je nach Bedarf: Bauchtasche für Geld und Dokumente; Snacks (Müsliriegel, Trockenfrüchte etc.); »geistige« Getränke für gemütliche Abende (nicht während Höhenanpassung und nicht in streng islamischen Ländern!); Reisespiele, Liederbücher etc.; Kompass, Taschenlampe, Höhenmesser; Mobiltelefon (Roaming-Infos einholen)

Für Zelt Nächte:

- Daunen- oder Kunstfaserschlafsack (Komforttemperatur 0° bis -7° C)
- Innenschlafsack (Seide oder Baumwolle)
- Kleines Handtuch, eventuell Waschlappen
- Toilettenpapier und eventuell Feuchttücher

Bei Bedarf: Liegematte

Anregungen für die Reiseapotheke:

Empfohlene Arzneimittel gegen Durchfall, Verstopfung, Übelkeit, Erbrechen, Schmerzen, Erkältung, Fieber, Allergie, Juckreiz, Insektenstiche, Sonnenbrand, Kreislaufbeschwerden etc.

Desinfektionsmittel, Verbandsmaterial, Pflaster, Blasenpflaster, Leukoplast (als Universalreparatur- & Blasen vorbeugemittel)

Persönliche Medikamente

Je nach Bedarf: Wasserdesinfektion (z. B. Micropur); Vitamintabletten, Mineralstofftabletten (Magnesium), Elektrolytpräparate, Zwieback, Teebeutel

Noch mehr
Pack-Empfehlungen & -tips
auf wanderwissen.com

