

PACKLISTE FÜR 20 TAGE TANSANIA

Kleidung & Schuhe			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
Hemden / Blusen (besser als T-Shirts, weil sie luftiger sind)	4		
T-Shirts	6		
dicker Pullover	1		
dünnere Pullover	2		
kurze Hose	2		
lange Hose (am besten Dunkel, weil es nicht schnell dreckig)	4		
lange Unterhose (besonders bei Bergtouren)	1		
Jogginghose	1		
Unterhemd	2		
Unterwäsche	10		
Socken	12		
leichte Hose (hell & lang) gegen Moskitos am Abend	1		
leichtes Hemd / Shirt (hell & lang) gegen Moskitos am Abend	1		
Handtuch klein	1		
Handtuch groß	1		
Regenjacke	1		
dünne Jacke	1		
Kopfbedeckung	1		
Badesachen	1		
Gürtel	2		
Straßenschuhe	1		
Geldgürtel (Gürtel, in dem man durch einen Reißverschluss Geld verstauen kann)	1		
Brustbeutel	1		

Technik			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
Kamera in Tasche	1		
Ladekabel Kamera	1		
Speicherkarte Kamera (ausreichende Anzahl bzw. GB)	mind. 2		
Handy	1		
MP3-Player	1		
Kopfhörer (am besten gute In-Ear-Kopfhörer)	1		
Taschenlampe (evtl. zum Selberladen)	1		
kleine Boxen (sehr gute Investition!)	1		

Dokumente			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
Reisepass	1		
Kopie Reisepass (1x zu Hause + 1x Gepäck)	2		
Visa-Card (bitte keine Mastercard! Vielerorts geht nur VISA)	1		
Impfausweis	1		
Kopie Impfausweis (1x zu Hause + 1x Gepäck)	2		

Hygieneartikel			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
Zahnbürste	1		
Zahnpasta	1		
Duschgel	1		
Desinfektionsgel für die Hände	3		
Sonnencreme	2		
Mückenspray "NO BITE"	min. 2		
Deo	1		
Parfüm	1		
Haargel	1		
Hautcreme (am besten eine gegen Sonnenbrand)	1		
Rasierer	1		
Rasierzeug nass	1		
Binden / Tampons (zweiteres gibt es nicht)	ausreichend		
Nagelschere	1		
Pinzette	1		

Medikamente			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
Malarone (Malariaphylaxe)	je nach Dosis		
Elotrans (für Rehydration / Elektrolyte bei Durchfall)	alles		
Anti-Allergikum	2 Pk.		
Schmerzmittel	1 Pk.		
Aspirin	1 Pk.		
Halstabletten	1 Pk.		
Fiebertermometer	1		
Erste Hilfe Set (kann sinnvoll sein; auf jeden Fall Pflaster)	1		

Sonstiges			
WAS?	WIE VIEL?	DA?	DRIN?
großer Rucksack / Koffer	1		
Regenhülle	1		
kleiner Rucksack / Umhängetasche	1		
Schmutzwäschesack	1		
Kugelschreiber + Geschenke für die OWSK	was passt!		
Sonnenbrille	1		
Allzweckmesser	1		
Moskitoreisenetz (z.B. von Globetrotter)	1		
Lesestoff	1-2		
Schreibzeug/Tagebuch	2-3		
Adressbuch	1		
Wörterbuch (z.B. Suaheli Wort-für-Wort)	1		
Kartenspiel	1		