

Vor der Abreise

Dokumente, Geld und alles Wichtige für das Handgepäck

DOKUMENTE & GELD

- ☐ Reisepass geprüft - bei Einreise noch mindestens 6 Monate gültig
- ☐ TDAC-Bestätigung gespeichert
- ☐ Flug- und Buchungsbestätigungen offline gespeichert
- ☐ Rück- oder Weiterreisenachweis griffbereit
- ☐ Auslandskrankenversicherung inkl. Notfallnummer gespeichert
- ☐ Kopie der Pass-Datenseite getrennt vom Original gespeichert
- ☐ Zwei voneinander unabhängige Bank- oder Kreditkarten
- ☐ Etwas Bargeld als Reserve
- ☐ Sperrnummern der Bankkarten gespeichert
- ☐ Nationaler und internationaler Führerschein, falls benötigt
- ☐ Impfpass, falls für die persönliche Reise relevant
- ☐ Englischer Arztbrief für relevante Medikamente

INS HANDGEPÄCK

- ☐ Reisepass, Geld, Karten und Wertsachen
- ☐ Persönliche Medikamente für die gesamte Reise plus Reserve
- ☐ Smartphone, Kamera, Laptop und empfindliche Elektronik
- ☐ Powerbank und lose Lithium-Akkus - niemals in den Aufgabe-Koffer
- ☐ Ladekabel und Kopfhörer
- ☐ Eine Garnitur leichte Wechselkleidung
- ☐ Zahnbürste und kleine Pflegeprodukte nach Flüssigkeitsregeln
- ☐ Brille oder Kontaktlinsenzubehör
- ☐ Dünner Pullover oder großes Tuch für die Klimaanlage
- ☐ Schlafmaske und Ohrstöpsel, falls gewünscht

Kleidung & Alltag

Für zwei bis drei Wochen reicht Kleidung für etwa sieben Tage

KLEIDUNG

- ☐ 5 bis 7 leichte, gut kombinierbare Oberteile
- ☐ 2 bis 3 kurze Hosen, Röcke oder leichte Kleider
- ☐ 1 dünne lange Hose oder langer Rock für Tempel
- ☐ 1 leichtes langärmeliges Oberteil
- ☐ 1 luftiges Outfit für Restaurant oder Bar
- ☐ 7 Garnituren Unterwäsche
- ☐ 2 bis 4 Paar Socken - abhängig von den Schuhen
- ☐ 1 leichtes Schlafoutfit
- ☐ 2 Sets Badebekleidung
- ☐ 1 UV-Shirt für Bootstouren und längere Zeit im Wasser
- ☐ 1 dünner Pullover, Cardigan oder leichte Jacke
- ☐ 1 Sarong oder großes Tuch
- ☐ Sonnenhut oder Kappe

SCHUHE & TASCHEN

- ☐ Bequeme Sneaker oder leichte geschlossene Schuhe
- ☐ Flip-Flops oder gut sitzende Sandalen
- ☐ Kleiner Tagesrucksack oder leichte Umhängetasche
- ☐ Packwürfel oder leichte Kleidertaschen
- ☐ Faltbarer Stoffbeutel, optional

HYGIENE & SCHUTZ

- ☐ Zahnbürste, Zahnpasta und Pflegeprodukte in kleinen Mengen
- ☐ Vertraute Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor
- ☐ Mückenschutz mit tropengeeignetem Wirkstoff
- ☐ Brille, Kontaktlinsen und ausreichend Pflegemittel
- ☐ Kleines schnelltrocknendes Handtuch, optional

Gesundheit & Technik

Kleine, verlässliche Grundausrüstung statt halbem Hausstand

REISEAPOTHEKE

- ☐ Regelmäßig benötigte Medikamente plus zeitliche Reserve
- ☐ Vertrautes Mittel gegen Schmerzen und Fieber
- ☐ Orale Elektrolytlösung
- ☐ Geeignetes Mittel gegen Durchfall nach fachlicher Beratung
- ☐ Antihistaminikum bei bekannten Allergien
- ☐ Mittel gegen Reiseübelkeit, falls benötigt
- ☐ Wunddesinfektion
- ☐ Pflaster, Blasenpflaster und wenige sterile Kompressen
- ☐ Kleines Fieberthermometer
- ☐ Persönlich benötigte Notfallmedikamente
- ☐ Kontrollierte Wirkstoffe vorab bei der Thai FDA geprüft
- ☐ Verschreibungspflichtige Medikamente in Originalverpackung

TECHNIK

- ☐ Smartphone und Ladekabel
- ☐ Powerbank mit gut lesbarer Kapazitätsangabe
- ☐ Kopfhörer
- ☐ Kamera, Ersatzakku und Speicherkarten, optional
- ☐ Kompaktes Mehrfach-USB-Ladegerät oder Universaladapter, optional
- ☐ Wasserdichte Handytasche für Boots- und Strandtage
- ☐ Offline-Karten und wichtige Dokumente heruntergeladen
- ☐ Airline-Regeln für Powerbank und Akkus geprüft

KURZ VOR DEM SCHLIESSEN

- ☐ Schwerstes Schuhpaar für den Flug bereitgelegt
- ☐ Gepäck selbst getragen und Gewicht geprüft
- ☐ Etwas freien Platz für die Rückreise gelassen

Je nach Reise ergänzen

Nur abhaken, wenn es zu deiner Route und Reiseart passt

INSELHOPPING & BOOTSTOUREN

- ☐ Kleiner Dry Bag oder wasserdichter Packsack
- ☐ Wasserdichte Smartphone-Hülle
- ☐ UV-Shirt und windsichere Kopfbedeckung
- ☐ Mittel gegen Reiseübelkeit bei Bedarf
- ☐ Kleines schnelltrocknendes Handtuch

REGENZEIT

- ☐ Leichter Poncho oder klein verpackbare Regenjacke
- ☐ Regenschutz für den Tagesrucksack
- ☐ Wasserdichte Beutel für Dokumente und Technik
- ☐ Schnell trocknende Schuhe mit gutem Halt

STADT, NORDEN & TEMPEL

- ☐ Leichte lange Hose oder langer Rock
- ☐ Oberteil, das die Schultern zuverlässig bedeckt
- ☐ Bequeme Schuhe für längere Wege
- ☐ Kleiner faltbarer Schirm für Sonne und Regen
- ☐ Dünner Pullover für Klimaanlage und kühle Morgenstunden

NATIONALPARKS & LEICHTE WANDERUNGEN

- ☐ Griffige geschlossene Schuhe
- ☐ Leichte lange Kleidung
- ☐ Kleine Stirn- oder Taschenlampe
- ☐ Blutegel-Socken, falls vor Ort empfohlen

MIT KINDERN

- ☐ Altersgerechter Sonnen- und Mückenschutz
- ☐ UV-Kleidung und Sonnenhut
- ☐ Kindgerechte Medikamente und Fieberthermometer
- ☐ Snacks und Beschäftigung für Transfers
- ☐ Vertraute Schwimmhilfe
- ☐ Wechseloutfit pro Kind im Handgepäck