

Checkliste – Packliste Strandurlaub

Was packe ich in meinen Koffer für meinen nächsten Urlaub am Strand?

Stand: Oktober 2022

Handgepäck	
<input type="checkbox"/>	Geld (Bargeld, Karten)
<input type="checkbox"/>	Hausschlüssel, Autoschlüssel
<input type="checkbox"/>	Reisepass und / oder Personalausweis
<input type="checkbox"/>	Visum, Einreisegenehmigung
<input type="checkbox"/>	Flug-, Bahn-, Bustickets
<input type="checkbox"/>	Reiseführer, Reiseunterlagen, Voucher etc.
<input type="checkbox"/>	Tauchschein, Segelschein, Surfschein, Küstenpatent (Motorboot) etc.
<input type="checkbox"/>	Führerschein (optional internationaler Führerschein), Schutzbrief, Vignetten, Mauttickets
<input type="checkbox"/>	E-Card oder Unterlagen zur Auslandsrankenversicherung
<input type="checkbox"/>	Versicherungsunterlagen: Reiseversicherung, Mietwagenversicherung etc.
<input type="checkbox"/>	Impfpass
<input type="checkbox"/>	Notrufnummer, Sperrhotlines
<input type="checkbox"/>	Kamera (inkl. Akku, Speicherkarte)
<input type="checkbox"/>	Handy und Ladekabel (optional auch Tablet, Notebook, mp3-Player etc.)
<input type="checkbox"/>	Kopfhörer
<input type="checkbox"/>	Powerbank (aufgeladen)
<input type="checkbox"/>	Buch, E-Book-Reader, Zeitschrift, Rätselheft
<input type="checkbox"/>	Kofferwaage
<input type="checkbox"/>	Getränk
<input type="checkbox"/>	Sonnenbrille
<input type="checkbox"/>	Brille, Kontaktlinsen
<input type="checkbox"/>	Block, Stift
<input type="checkbox"/>	Nackenhörnchen
<input type="checkbox"/>	Ohrstöpsel, Schlafmaske
<input type="checkbox"/>	Taschentücher (optional Erfrischungs- bzw. Feuchttücher)

<input type="checkbox"/>	Desinfektionsmittel
<input type="checkbox"/>	FFP2-Maske
Zusätzliches Handgepäck für Kinder	
<input type="checkbox"/>	(Lieblings-)Spielzeug, transportable Spielekonsole, Spielkarten, Würfel, Rätselheft, Malbuch, Stifte
<input type="checkbox"/>	Reisepass, Kinder- oder Schülerschein
<input type="checkbox"/>	Kindersnacks
<input type="checkbox"/>	Polster, Decke, Nackenhörnchen
<input type="checkbox"/>	Buggy
Zusätzliches Handgepäck für Babys	
<input type="checkbox"/>	Mutter-Kind-Pass
<input type="checkbox"/>	Babyspielzeug
<input type="checkbox"/>	Kinderwagen, Babytrage(tuch), Babyschale fürs Auto
<input type="checkbox"/>	Wickeltasche mit wichtigsten Artikeln (Windeln, Feuchttücher)
<input type="checkbox"/>	Flasche, Babyanfangsnahrung und / oder erste Beikost
<input type="checkbox"/>	Schnuller
<input type="checkbox"/>	Lätzchen
Zusätzliches Handgepäck für Hunde	
<input type="checkbox"/>	Internationaler Impfpass
<input type="checkbox"/>	Transporttickets (Flug, Zug, Bus) und ev. Transportbox
<input type="checkbox"/>	Hundefutter, Leckerlis und Hundekotbeutel für die Anreise und Abreise
<input type="checkbox"/>	Portable Trinkwasserflasche für Hunde
<input type="checkbox"/>	Halsband bzw. Brustgeschirr
<input type="checkbox"/>	Leine
<input type="checkbox"/>	Maulkorb
<input type="checkbox"/>	Medikamente, falls regelmäßig welche eingenommen werden
Gesundheit und Erste Hilfe	

<input type="checkbox"/>	Mittel gegen grippale Infekte
<input type="checkbox"/>	Mittel gegen Schmerzen, Fieber, Entzündungen
<input type="checkbox"/>	Halsweh- und Hustentabletten
<input type="checkbox"/>	Mittel gegen Reiseübelkeit
<input type="checkbox"/>	Mittel gegen Magen- Darmbeschwerden (z.B. Kohletabletten bei Durchfall)
<input type="checkbox"/>	Insektenschutzspray
<input type="checkbox"/>	Erste Hilfe Box: (Blasen-)Pflaster, Tape, Mullbinden, sterile Wundkompressen, Schere, Handschuhe
<input type="checkbox"/>	Wund- bzw. Heilsalbe, Wundpuder
<input type="checkbox"/>	Schmerzsalbe
<input type="checkbox"/>	Mittel für Fieberblasen
<input type="checkbox"/>	Magnesium, Traubenzucker
<input type="checkbox"/>	Salbe für Pilzinfektionen
<input type="checkbox"/>	Antihistaminikum (für Allergiker)
<input type="checkbox"/>	Insulinmittel (für Diabetiker)
<input type="checkbox"/>	Thrombosespritze oder -strümpfe (für langes sitzen ohne Bewegung)
<input type="checkbox"/>	Augen- und Ohrentropfen
<input type="checkbox"/>	Leichtes Schlafmittel (z.B. für Flug-, Zug-, Busreisen)
<input type="checkbox"/>	Fieberthermometer
<input type="checkbox"/>	Verhütungsmittel (Pille, Kondom etc.)
<input type="checkbox"/>	Covid-19-Schnelltests
Kleidung und Schuhe	
<input type="checkbox"/>	Unterwäsche
<input type="checkbox"/>	Socken
<input type="checkbox"/>	Badekleidung (Badehose, Bikini, Badeanzug etc.)
<input type="checkbox"/>	T-Shirts und Tops
<input type="checkbox"/>	Hemd, Bluse
<input type="checkbox"/>	Langarm-Shirts, Pullis, Westen
<input type="checkbox"/>	(Jeans-)Hosen (kurz und lang) bzw. Shorts
<input type="checkbox"/>	Gürtel

<input type="checkbox"/>	Röcke, Kleider
<input type="checkbox"/>	Pyjama, Schlafkleidung
<input type="checkbox"/>	Leichte Sommerjacke
<input type="checkbox"/>	Regenjacke, Regenponcho
<input type="checkbox"/>	Dünner Schal
<input type="checkbox"/>	Kappe, Sonnenhut
<input type="checkbox"/>	Pareo, Strandtuch
<input type="checkbox"/>	Schuhe (Strandschlapfen, Badeschuhe, offene Schuhe, geschlossene Schuhe)
Beauty- und Hygieneprodukte	
<input type="checkbox"/>	Deo
<input type="checkbox"/>	Duschgel, Seife
<input type="checkbox"/>	Haarshampoo (optional weitere Haarpflege)
<input type="checkbox"/>	Haarstylingprodukte (Gel, Wachs, Schaum, Puder etc.)
<input type="checkbox"/>	Haarbürste, Kamm
<input type="checkbox"/>	Haargummi, Haarspange, Haarband
<input type="checkbox"/>	Gesichtsreinigungsmittel, Gesichtscreme
<input type="checkbox"/>	Abschminktücher, Wattepad oder flüssiges Abschminkmittel
<input type="checkbox"/>	Schminke (Make-up, Puder, Mascara, Kajal, Eyeliner, Concealer, Lippenstift, Nagellack etc.)
<input type="checkbox"/>	Zahnbürste
<input type="checkbox"/>	Zahnpasta
<input type="checkbox"/>	Zahnreinigung (Zahnseide, Interdentalbürste, Mundspüllösung)
<input type="checkbox"/>	Zahnschiene, Gebiss
<input type="checkbox"/>	Rasierer
<input type="checkbox"/>	Rasierzubehör (Rasierschaum, Pinsel, Aftershave, Klingen etc.)
<input type="checkbox"/>	Sonnencreme
<input type="checkbox"/>	Bodylotion bzw. After Sun
<input type="checkbox"/>	Kontaktlinsen (Tageslinsen) und Pflegemittel
<input type="checkbox"/>	WC-Feuchttücher
<input type="checkbox"/>	Tampons, Slipeinlagen, Binden, Menstruationscups

<input type="checkbox"/>	Maniküre-Set (inkl. Pinzette, Nagelschere, Nagelfeile etc.)
<input type="checkbox"/>	Wattestäbchen
<input type="checkbox"/>	Parfum
<input type="checkbox"/>	Lippenpflege
<input type="checkbox"/>	Föhn, Glätteisen, Lockenstab
<input type="checkbox"/>	Reisewaschmittel
<input type="checkbox"/>	Waschlappen
<input type="checkbox"/>	Handtücher, Badetücher
<input type="checkbox"/>	Taschentücher
Elektronik	
<input type="checkbox"/>	Stromkabel-Adapter
<input type="checkbox"/>	Verteiler, Mehrfachsteckdose bzw. Stromstecker mit mehreren Eingängen
<input type="checkbox"/>	Actionkamera
<input type="checkbox"/>	Diverse Ladekabel für Kamera, Konsolen, E-Book-Reader, Zahnbürste etc.
<input type="checkbox"/>	Taschenlampe, Stirnlampe
<input type="checkbox"/>	Batterien
Sonstiges	
<input type="checkbox"/>	Stoffbeutel für Schmutzwäsche
<input type="checkbox"/>	Decke bzw. Strandtuch zum Liegen
<input type="checkbox"/>	Fernglas
<input type="checkbox"/>	Flossen, Taucherbrille, Schnorchel
<input type="checkbox"/>	Wasserball, Luftmatratze etc. (ev. mit Luftpumpe)
<input type="checkbox"/>	Strandspiele (Volleyball, Frisbee, Ping-Pong, Boccia, Federball etc.)
<input type="checkbox"/>	Tasche, Rucksack, Strandtasche, Dry Bag (wasserdichte Tasche)
<input type="checkbox"/>	Kühltasche, -box, Kühlpatronen
<input type="checkbox"/>	Regenschirm
<input type="checkbox"/>	Schmuck, Armbanduhr, Smartwatch, Fitnesstracker
<input type="checkbox"/>	Spiegel

<input type="checkbox"/>	Spiele (Karten, kleine Brettspiele)
<input type="checkbox"/>	Feuerzeug, Zündhölzer
<input type="checkbox"/>	Taschenmesser
<input type="checkbox"/>	Reise-Nähset
<input type="checkbox"/>	Bildschirm- und Brillenputzmittel
<input type="checkbox"/>	Trinkflasche, Jausenbox
<input type="checkbox"/>	Kaugummi, Müsliriegel, kleine Snacks
Zu berücksichtigen für Kinder	
<input type="checkbox"/>	Strandspielzeug
<input type="checkbox"/>	Schwimmflügel, -reifen, -tiere
<input type="checkbox"/>	Sonnencreme für Kinder mit höherem Lichtschutzfaktor
<input type="checkbox"/>	Pop-up-Sonnenzelt, kleiner zusammenlegbarer Sonnenschirm oder anderer Sonnenschutz
<input type="checkbox"/>	Kinderkleidung und Schuhe (auch für den Strand)
Zu berücksichtigen für Babys	
<input type="checkbox"/>	Wickelunterlage, -decke
<input type="checkbox"/>	Windeln (ggf. Töpfchen) und Schwimmwindeln
<input type="checkbox"/>	Babyfeuchttücher
<input type="checkbox"/>	Babypflegeprodukte (mildes Duschgel, Creme oder Öl, Zahnbürste, Zahnpasta, Haarbürste)
<input type="checkbox"/>	Babyhandtuch, -waschlappen
<input type="checkbox"/>	Babygeschirr: Teller, Schüssel, Besteck, Becher
<input type="checkbox"/>	Babykleidung und Schuhe (auch für den Strand / See etc.)
<input type="checkbox"/>	Kleidung für Mutter: Still-BH, Stilleinlagen
<input type="checkbox"/>	Sonnenschutz (Hut, Kappe, Brille, Sonnencreme mit sehr hohem Lichtschutzfaktor)
<input type="checkbox"/>	Pop-up-Sonnenzelt, kleiner zusammenlegbarer Sonnenschirm oder anderer Sonnenschutz
<input type="checkbox"/>	Schwimmflügel, -reifen, -tiere
Zu berücksichtigen für Hunde	
<input type="checkbox"/>	Hundefutter

<input type="checkbox"/>	Leckerlis
<input type="checkbox"/>	Hundekotbeutel
<input type="checkbox"/>	Trinknapf
<input type="checkbox"/>	Decke, Korb, Polster
<input type="checkbox"/>	Lieblingsspielzeug
<input type="checkbox"/>	Hundehandtücher
<input type="checkbox"/>	Bürste, Kamm für Fellpflege, auch Flohkamm
<input type="checkbox"/>	Reiseapotheke mit Hundemedikamenten

Weitere wichtige Hinweise:

- Werden **Impfungen** benötigt?
- Gibt es eine **Reisewarnung** für das Urlaubsland?
- Welche **Krankheiten** gibt es im Urlaubsland?
- Wird eine **Reiseversicherung** benötigt?
- Wird eine **Auslandskrankenversicherung** benötigt?
- Wird ein **Mietwagen** ausgeborgt? → Welche **Versicherungen** werden benötigt?
- **Import:** Dürfen gewisse Dinge nicht ins Urlaubsland mitgenommen bzw. importiert werden?
- **Export:** Was darf exportiert bzw. aus dem Urlaub mit nach Hause genommen werden?
- Gibt es **Zollbeschränkungen**?
- Welche **Währung** hat das Urlaubsland? → Bargeld vorab bei Bank wechseln lassen.
- Wie kann im Urlaubsland bezahlt werden? Mit **Kreditkarte, Bankomatkarte**, nur mit **Bargeld**?
- Wird eine **Sim-Karte** für das Handy im Urlaubsland benötigt?
- **Religiöses:** Wie ist die Kleidung am Urlaubsort? Müssen Körperstellen bedeckt sein?
- Werden **Medikamente** regelmäßig eingenommen und dürfen nicht vergessen werden?
- Was ist im Handgepäck oder in im Koffer **nicht erlaubt**? (bei Airline informieren, kann unterschiedlich sein)
 - **Nur im Handgepäck erlaubt:** elektronische Geräte (Smartphone, Notebook, Tablet, Powerbank, Spielekonsole), Duty-Free-Waren
 - **Nur im Koffer erlaubt:** Potenziell gefährliche, entflammbare etc. Gegenstände (Taschenmesser, Rasierklinge, Waffen, Werkzeug, Flüssigkeiten > 100 ml)

Vor der Abreise zu Hause regeln:

- Online für den Flug einchecken bzw. Abfahrt des Zuges oder Buses klären
- Müll entsorgen
- Haustiere und Pflanzen versorgen
- Einreisebedingungen für Hunde regeln
- Familie, Freunde, Nachbarn informieren
- Urlaubsadresse an Vertrauensperson weitergeben
- Haus-, Wohnungs-, Autoschlüssel hinterlegen
- Zeitungs- und Magazin-Abos abbestellen oder Nachsendeauftrag einrichten

- Kühlschrank möglichst leeren und ev. Temperatur herunterdrehen
- Ungekühlte Lebensmittel die rasch verderben aufbrauchen
- Wasserzufuhr abstellen
- Standby-Geräte abschalten
- Internet ausschalten
- Heizung herunterdrehen
- Wertsachen die im Haus / in der Wohnung zurückbleiben gut verstecken
- Fenster- und Türen sicher abschließen, Rollläden herunterfahren

Anmerkungen: