

1 Geschäftsreise	5 Klamotten	9 Winter, Ski / Berge	13 Camping	17 Verhalten
2 Zu Hause erledigen	6 Baby, Kind	10 Auto	14 Verpflegung	18 Aktivurlaub
3 Reisemedizin	7 Elektronik & Technik	11 Motorrad	15 Sonstiges	19 Dokumentenliste
4 pflegen & reinigen	8 Sommer, Strand	12 Fahrrad	16 Transfer	20 Ganz Wichtig

0 Vorwort

Spätestens auf dem Weg zum Flughafen beginnt es im Kopf des Urlaubers zu rattern: Habe ich auch nichts vergessen? Doch dann ist es meist zu spät. Eine Checkliste sorgt schon vorher für Übersicht. Hier ein paar Tipps, worauf man besonders achten sollte. Die folgende Liste erhebt trotz ihres Umfangs keinerlei Anspruch auf Vollständigkeit. Dennoch ist sie eine wertvolle Hilfe bei der Urlaubsplanung. Dies stellten schon zahlreiche Newsletter und sogar die FAZ fest:

Die Frankfurter Allgemeine Zeitung schrieb in der 19 KW 2000 *"...Im World Wide Web wimmelt es von hilfreichen Geistern, die Packlisten jeder Ausprägung und jeden Umfangs zusammengestellt haben. Manche wie <http://www.oratory.com/onebag>, <http://upl.codeg.info> oder die ausgezeichnete deutsche Checkliste <http://www.daubner.de/pack.htm> sind so umfassend, dass es einen beträchtlichen Teil des Urlaubs in Anspruch nähme, sie vollständig abzuarbeiten. Dort wird genau aufgeführt, was man einen Monat vor Abreise zu tun hat (Nachsendeanträge stellen) und was ein Tag davor (Auto aus dem Parkverbot holen). Außerdem gibt es eine Menge nützlicher Links rund um die*

Reisevorbereitung etwa zu Outdoorausstattern oder zu virtuellen Gesundheitszentren...

Man kann natürlich über die Menge, die man mitnimmt geteilter Meinung sein. Die einen sagen, man solle Alles zusammenstellen, was man mitnehmen möchte und dann die Hälfte zu Hause lassen. Die anderen sind der Meinung: Nimm es mit, dann wirst du es schon nicht brauchen (frei nach Murphy). Ich denke jeder sollte einen gesunden Zwischenweg finden.

Meine erste handgeschriebene Packliste entstand 1993. In den folgenden Urlauben (u.a. Neuseeland, Australien, Kanada, Venezuela) habe ich sie immer wieder verfeinert und schliesslich 1997 ins Web gestellt. Eine Liste der für diese Checkliste verwendeten Seiten findet Ihr in meinen Urlaubslinks: <http://www.daubner.de/ul.htm>. Wenn Euch diese Liste bei der Planung etwas geholfen hat, könnt Ihr mir ja eine Postkarte aus dem Urlaub zuschicken. Alle Zuschriften werden in meine Postkartenliste <http://www.daubner.de/1st.htm> aufgenommen.

Seit Januar 2004 gibt es Alfs Reisecheckliste auch für den Palm. Dafür ist das kostenlose

Programm „Handyshopper“ notwendig (siehe auch 7.4). Das englische Programm selber findet Ihr unter:

<http://www.palmgear.com?xyz=1350>
Es gibt eine englische <http://groups.yahoo.com/group/handyshopper> und eine deutsche http://de.groups.yahoo.com/group/handyshopper_de/

Diskussionsgruppe, wo jederzeit Fragen gestellt werden können und auch zahlreiche Datenbanken für Handyshopper heruntergeladen werden können. Ich habe dieses Programm gewählt, weil es kostenlos und universell einsetzbar ist. Ihr werdet es lieben!

Und wer jetzt glaubt es geht nicht noch umfangreicher, der irrt:

Selbstreise-Handbuch 1. Zur Reisevorbereitung
535 Seiten - Meyer Reiseführer
Erscheinungsdatum: 2001
ISBN: 3898595005, EUR 14,95

Selbstreise-Handbuch 2. Für unterwegs
252 Seiten - Meyer Reiseführer
Erscheinungsdatum: 2002
ISBN: 3898595056, EUR 12,95

1 Geschäftsreise

1.1 Allgemeines

- Abendgarderobe
- Adressen+Telefonnr. von internen + externen Geschäftspartnern
- Info über Gesprächspartner
Wer ist Ansprechpartner, Nationalität, Religion, Sport, Hobbies, private Vorlieben
- Info über Reiseziel
Restaurants, Bars, Sehenswürdigkeiten, Veranstaltungen, Internet Cafes
- Notfallnummern des Arbeitgebers
Zuständiges Team, Zuständiges Backoffice, Krisenstab
- Tropentauglichkeit untersucht?
- Vertretung benennen
- Vorgesetzte/Mitarbeiter informieren

- Wer hat welche Kompetenzen (Unterschriftenregelung)

1.2 Administratives

- Agenda der Reise/Meetings verschickt?
- Dokumente evtl. übersetzen lassen
- Emailumleitung/out of office
- Ist der Flug/Mietwagen/Hotel bestätigt?
- Ist die Dienstreise genehmigt (Reiseantrag unterschrieben)?
- Passwort und Prozedere für Emailzugang außerhalb des Firmennetzes
- Rechnungskopien, Proformarechnung für z.B. Notebook (manchmal für Zoll notwendig)
- Security Formular bei Reisen in Risikoländer
- Welche Vorgänge können während Ihrer Reise warten oder müssen delegiert werden (Fristen)

1.3 Utensilien

- Disketten, CD-R, ZIP-Drive
- Firmenpapier
- Firmenstempel
- Handy (siehe Kategorie 7.5)
- Notebook (siehe Kategorie 7.3)
- Palm (siehe Kategorie 7.4)
- Präsentationskoffer: Laserpointer, Overhead Folien, Folienstifte
- Präsentationsmaterial
- Schreibblock
- Terminkalender
- Verschiedenfarbige Stifte + Marker
- Visitenkarten
- Werbegeschenke
- Zollstock, Maßstab, Geodreieck

2 Zu Hause erledigen

2.1 Vor der Buchung

- Wo soll es hingehen?
META-Suchdienste/Buchungsportale:
<http://www.traveljungle.de>
<http://www.billiger-reisen.de>
<http://www.cleverreisen.de>
<http://www.reiseauskunft.de>
<http://www.fernweb.com>
Reiseportale:
<http://www.expedia.de>
<http://www.touristikdata.de>
<http://www.opodo.de>
<http://www.travel24.com>
<http://www.travelchannel.de>
Reisemagazine, Travel-Guides:

<http://www.marcopolo.de>
<http://www.abenteuer-reisen.de>
<http://www.schwarztaufweiss.de>
<http://www.reise-know-how.com>
<http://www.lonelyplanet.com>
Abenteuer-, Sportreisen:
<http://www.abenteuerteam.com>
<http://www.activetours.de>
<http://www.iexplore.com>

- Verfügbarkeit von Last Minute Angeboten in der gewünschten Reisezeit bereits ein Jahr vorher checken
<http://www.ltur.com>
<http://www.de.lastminute.com>
- Aktuelle Reiseinformationen (politischer Zustand, Einreisevorschriften, Klima,

Hygiene)
<http://www.auswaertiges-amt.de>

- Auslandsüberweisung
<http://www.reisebank.de>
- Decken private Versicherungen (Leben, Kranken) das Reiseland ab?
- Urlaub beim Arbeitgeber beantragen

2.2 Direkt nach der Buchung

- Auto/Camper gleich mitbuchen
- Bus-, Flugpässe gleich mitbuchen
- Detailinformationen über Urlaubsland bei den Fremdenverkehrsämtern anfordern (detaillierte Karten, Hotel-, Campingführer)
- Einreisebestimmungen für Tiere (Tollwutschutzimpfung) besorgen

- Impfungen und (Zahn-) Arztbesuch (s. 3. Reisemedizin)
- Scheck-, Kreditkarte beantragen
- Trekking-Permit, Durchfahrtserlaubnis für Nationalparks
- Versicherungen (Rücktritt, Gepäck, Auslandskranken, Reiseunfall, Reisehaftpflicht, Auto, Foto/Video, Sportausrüstung)
<http://www.reiseversicherung.de>
<http://finanzen.focus.de/D/DA/DAL/dal.htm>

2.3 Einen Monat vorher

- ADAC-Tourenpaket anfordern (evtl. Mitgliedschaft beantragen)
<http://www.adac.de>
- Bahncard
- Fahrzeug zur Inspektion (siehe 10)
- Jugendherbergsausweis
- Passbilder machen lassen (für Bus oder Skipass)
- Post bei längerer Abwesenheit abbestellen (Wichtig für Fristen!) oder einer Vertrauensperson Postvollmacht geben
- Post, Zeitungen, Zeitschriften aussetzen oder Nachsendeantrag stellen
- Regelmäßige Hauslieferungen abbestellen
- Sportgepäck muß zwei Wochen vorher bei Reisebüro angemeldet werden (Fahrrad, Surfbrett, Golf-, Tauch-, Flugausrüstung)
- Visum beantragen
<http://www.visum.de>

2.4 Eine Woche vorher

- Alle fälligen Beträge / Rechnungen bezahlen
- Backup aller Computerdateien
- Benzingutscheine beschaffen
- Bücher in die Bibliothek zurückbringen
- Calcium-Tabletten zur Sonnenallergievorsorge einnehmen
- Einladungsschreiben
Haben Sie die Einladung bestätigt? Haben Sie die genaue Ankunftszeit mitgeteilt?
- Friseurtermin vor der Reise
- Für ausreichend Liquidität auf Giro-, Kreditkartenkonto sorgen
- Gastgeschenke für Bekannte im Urlaubsland besorgen
- Geld/Sorten von vergangenen Reisen
- Grüne Versicherungskarte (für Kfz)

3 Reisemedizin

- <http://www.crm.de>
- <http://www.fit-for-travel.de>
- <http://www.medport.de>
- <http://www.reisemed.com>
- <http://www.travelmed.de>

3.1 Allgemein

- Alle Beipackzettel mitnehmen!
- Allergiepass
- Aufbewahrungstemperaturen (Zäpfchen) beachten
- Deutsch-/englischsprachigen Arzt am Urlaubsort ausfindig machen
- Erste-Hilfe-Anleitung
- Impfungen (Tetanus, Polio, Diphtherie, Gelbfieber, Hepatitis A/B, Typhus)
- Impfpass
- kleine Taschenapotheke für Touren mit dem Notwendigsten
- Notfallausweis
- Untersuchungen, Zahnarzt vor der Reise.

- Internetzugang im Ausland des eigenen Providers checken
- Jacken, Schuhe usw. imprägnieren
- Koffer mit Schlüssel, Tasche, Rucksack mit Regenschutzhülle bereitstellen
- Sind alle Buchungen bestätigt? Flugzeug, Mietwagen, Hotel
- Telefonanschluß sperren/kündigen (Letzteres lohnt ab 3 Monate)
- Tiere, Pflanzen, Post: wer kümmert sich?
- Verzeichnis Internetcafes im Urlaubsland
<http://www.cybercaptive.com>
<http://www.cybercafes.com>
- Wegbeschreibung zum Hotel, zum Seminar, zum Kunden
- Wertsachen z.B. in Bankschliessfach deponieren (Liste und Fotos machen)
- Zollbescheinigungen für Foto/Video und Tauchgeräte einholen

2.5 Einen Tag vorher

- Anrufbeantworter Text ändern (Fernabfrage nicht vergessen)
- Aufstiegshilfen (Mülltonnen) rund ums Haus wegräumen (Einbrecher)
- Auftragsdienst fürs Telefon organisieren
- Außensteckdosen abschalten
- Auto aus Parkverbot
- Eine Verladeprobe der Gepäckstücke erspart Streß am Abreisetag.
- Gepäck wiegen (meist sind 20-40 kg auf Flugreisen pro Person erlaubt!)
- Haus-, Briefkastenschlüssel, Urlaubsanschrift hinterlegen (Bekannte, Verwandte, Nachbarn)
- Lebensmittel auf Haltbarkeit prüfen
- Müll wegbringen (fängt an zu leben!)
- Netz-, Antennen, Telefonstecker raus
- Pflanzen ausreichend gießen
- Schlüssel Urlaubswohnung
- Telefonrufumleitung aktivieren z.B. im Büro aufs Handy umleiten

2.6 Am Abend vorher

- Bei einigen Fluggesellschaften kann man schon am Vorabend das Gepäck einchecken. So vermeidet man Stress und Wartezeit am nächsten Tag und hat meist auch einen besseren Sitzplatz.

Falls man eigene rezeptpflichtige Medikamente einführen muss, weil sie in dem Land z.B. nicht erhältlich sind, unbedingt mit der entsprechenden Botschaft oder Fremdenverkehrsamt in Verbindung treten. In den Zollbestimmungen der USA steht z.B. Folgendes:

"Die gesetzwidrige Einfuhr lizenzpflichtiger Substanzen (Rauschgift, Chemikalien, rezeptpflichtige Medizin ohne entsprechendes Rezept usw.), auch kleiner Mengen, ist nach amerikanischem Gesetz verboten."

Weitere Hilfe zum Thema Reisemedizin bietet Ihnen (gefunden bei GEO Reisen): **Travel-MED** (Tel. 0180-500 06 84 oder im Internet nennt Ihnen reisemedizinisch qualifizierte Apotheken im gesamten Bundesgebiet. Per Fax oder im Internet erhalten Sie außerdem aktuelle Länderinformationen und können sich einen individuellen Reise-Gesundheits-Brief zusenden lassen. Die **Schreier + Bürger GmbH** (Krelingstr. 53, 90408 Nürnberg, Tel. 0911-35 33 70) nennt

2.7 Am Abreisetag

- Fenster und Türen zu oder kippen / sichern
- Gas, Licht abschalten
- Heizung aus/niedrig (auch Wasserbettenheizung aus)
- Kleingeld für Taxi, Bus, Kleinausgaben am Flughafen, Trinkgeld einstecken
- Kühl- und Gefrierschrank abschalten/abtauen (Türen offen lassen)
- Licht über Zeitschaltuhr bedienen (Einbrecherschutz)
- Möglichst alle Sicherungen raus
- Rechtzeitig losfahren, um stressfrei zu Reisen! Der Urlaub kann beginnen
- Türen abschliessen
- Wasser abdrehen (speziell Geschirrspüler/Waschmaschine)

2.8 Während des Urlaubs

- Duty Free für Last Minute Besorgungen ist auch noch nach der Landung in Deutschland möglich (außer Tabakwaren)
<http://www.dutyfree.de>
- Geschenke im Urlaub besorgen, falls Weihnachten oder Geburtstag kurz nach Rückkehr anstehen. Einkaufsdaten nicht vergessen: Kleidung (Kindergrößen der Neffen + Nichten), Vitamine+freie Medikamente (Inhaltsstoffe), Elektronik+Foto (Typenbezeichnungen). Auf Zollgrenzen achten bzw. einplanen.
- Mitbringsel für die Wohnungsbehüter, Bekannte, Verwandte
- Postkarte an Alf Daubner, Südring 66, 63500 Seligenstadt
- Postkarten an Bekannte und Verwandte
- Rückflugbestätigung von der Fluggesellschaft drei Tage vor Rückflug einholen.

2.9 Nach der Rückkehr

- Auf gesundheitliche Veränderungen achten (Tropenkrankheiten)
- Mehrwertsteuer Rückzahlung für Einkäufe in anderen Ländern
<http://www.globalrefund.com>
- noch ein paar Tage Ruhe gönnen bis der Streß wieder anfängt (Jet lag: siehe 3.4)
- Rückzahlungen wg. Reismängeln veranlassen (siehe 17.3)

Ihnen bei Anruf eine von 1200 auf Reisemedizin spezialisierten Apotheken - bundesweit. Die auf Homöopathie spezialisierte **Leonardo-Apotheke** (Mittelweg 30, 20148 Hamburg, Tel. 040-45 65 09) bietet darüber hinaus eine homöopathische Reiseapotheke an (Lederetui mit 28 Mitteln und Gebrauchsanweisung: 160 DM) und berät bei der individuellen Zusammenstellung.

3.2 Medikamente

- Abführmittel (natürlich: Feigen, Pflaumen,...)
- Antibabypillen / Kondome
- Baldrian-Hopfen-Dragees (wirksame sanfte Schlafhilfe gegen Jet-lag)
- Desinfektionsmittel für Haut (Jod, Sterilium)
- Desinfektionsmittel für Sachen (Sagrotan, jetzt auch als Tücher)
- Durchfall (Imodium akut, Kohletabletten)
- Fiebersenkende/Schmerzlindernde Mittel (Paracetamol, ASS)
- Halbschmerztabletten (Neoangin)

- Husten / Schleimlöser (ACC 200, Acetylcystein)
- Insektenabwehr (Autan, Nelkenöl, Mousti Fluid Lotion, Zanzarin)
- Juckreiz mildern (Fenestil Gel)
- Malaria prophylaxe
- Mittel gegen Wurmbefall/Parasiten
- Reisekrankheit (Superpepp Kaugummi, Vomex)
- Salbe f. Verstauchungen/Verstärkungen (Essigsäure-Tonerde-Creme)
- Salbe für Sonnenallergie (Calcium-Tabletten: siehe "1 Woche vorher")
- Salbe für Sonnenbrand und Blasen (Fenestil Gel, Bepanthen Roche)
- Salbe für Verbrennungen
- Salbe für Wundinfektionen, Hautpilz und Ekzeme
- Salztabletten
- Tigerbalsam (für oder gegen fast Alles)
- Übelkeit (MCP-Ratiopharm, Iberogast)
- Vitaminpräparate, Mineralien (Magnesium, Calcium)
- Wasserentkeimungsmittel
- wichtige eigene Medikamente (Allergien, Asthma, Augentropfen) inkl. Rezepte!

3.3 Hilfsmittel

- Brillen, Kontaktlinsen (Ersatzbrillen sind oft gesetzlich vorgeschrieben!)

- Dreiecktuch
- Einmalspritzen, Injektionsnadeln, Kanülen, sterile Nähseide, Handschuhe, Schere und anatomische Pinzette: als "Risiko-Set" in Apotheke erhältlich.
- Fieberthermometer
- Gehörschutz (Ohropax)
- Reinigungs-, Pflegemittel für Brillen und Kontaktlinsen
- Schlafbrille
- Sicherheitsnadeln
- sterile Pflaster und Bandagen (mit Clips), Tapeband, Sprühpflaster, Kompressen
- Taschentücher (aus Stoff -> waschbar, weniger Platzbedarf!)
- Wärmflasche
- WC-Papiersitze, feuchtes Toilettenpapier
- Zeckenzange

3.4 Jet lag

Info: Für 2 Stunden Zeitverschiebung benötigt der Organismus ca. 24h zur Kompensation.

- Bereits auf dem (langen) Flug ausschlafen (mit Schlafbrille und Ohropax)
- Nach Ankunft nicht tagsüber schlafen
- Kohlenhydrathaltige Speisen machen müde
- Eiweißreiche Nahrung für Wachrhythmus
- Melantonin (Achtung: umstritten)

- Sportliche Aktivitäten im Hellen und an der frischen Luft
- Viel trinken (kein Alkohol)
- Keine Schlafmittel nehmen

3.5 Thrombose

- Aspirin täglich ab 2 Tage vor dem Flug einnehmen
- Kompressionsstrümpfe für Langstrecken + Risikopatienten
- Prophylaxeberatung beim Arzt für Risikopersonen
- Risikofaktoren reduzieren
Rauchen, Übergewicht, Pille, Kaffee, Tee, Alkohol
- Übungen während dem Flug
 1. Im Sitzen die Zehen abwechselnd krallen und spreizen (Schuhe ausziehen).
 2. Im Sitzen die Füße abwechselnd fest anziehen und ausstrecken.
 3. Im Stehen die Füße von der Ferse auf die Zehen stellen (10-20mal, dabei festhalten).
 4. Leichtfederndes Gehen auf der Stelle.
 5. Beine beim Sitzen nicht übereinanderschlagen.
 6. Zwischen 1-5 die Waden massieren.

4 pflegen & reinigen

4.1 pflegen & schützen

- Abschminke
- After sun, After dush
- Binden, Tampons
- Haarspray, Gel, Schaumfestiger, Conditioner
- Kajal, Kajalspitzer
- Lipliner
- Lippenpflege (Labello Sun, Med, UV)
- Mascara
- Nagellack
- Rouge

- Rougepinsel
- Sonnenmilch mit geeignetem Schutzfaktor

4.2 reinigen & waschen

- Gallseife
- Handbürste fürs Wasche waschen
- Rei in der Tube
- Seife

4.3 Hilfsmittel

- Wäscheklammern
- alte Spültücher, Putzlappen, Spülmittel

- Fön, Lockenstab, Lockenwickler
- kleiner (Hand-) Spiegel
- Nagelfeile
- Nagelschere
- Nähzeug
- Reep Schnüre 15m, 3-5mm (als Wäscheleine und zum Festzurren)
- Reisebügeleisen
- Wäschesack
- Waschlappen
- Wattepad
- Wattestäbchen (Q-Tips)

5 Klamotten

<http://www.globetrotter.de>
<http://www.sine.de>

5.1 Normal

- (Lange) Unterwäsche (atmungsaktiv)
- Body, BH
- Haarspange, -gummi
- Hals-, Kopftuch (auch bei Besuch von Klöstern und Kirchen!)
- Hemd, Bluse
- Jogginganzug (auch für lange Flugreise)
- Kleid, Rock

- Kurze Hosen
- leichte Stoffschuhe die schnell trocknen
- Mütze, Kopfbedeckung (Sonnen-, Regenschutz)
- Weste

5.2 Speziell

- Bademantel
- Badeschuhe (Seeigel, Fusspilz)
- Badetücher, Handtücher
- Bettwäsche
- dünne Fleecehandschuhe, Fleeceemütze

- Regencape, Regenschirm, Regenüberhose

5.3 Sonstiges

- Eingepasste orthopädische Einlagen
- Ersatzschnürsenkel
- Geldversteck (Brustbeutel / Bauchtasche / Geldgürtel), aber immer etwas Bares zum "bestolen werden" in der Tasche haben
- Kleiderbügel
- Kleiderbürste
- Schmuck
- Schuhputzsachen, Imprägniermittel

6 Baby, Kind

<http://www.rund-ums-baby.de>

Schwangere sollten in den ersten drei Monaten und in den letzten acht Wochen der Schwangerschaft auf Abenteuerreisen und Urlaub in Gebieten mit extremen klimatischen Verhältnissen verzichten. Regionen mit erheblichen Infektionsgefährdungen (Malaria, Gelbfieber) sollten überhaupt nicht besucht werden, da Infektionskrankheiten in der Schwangerschaft häufig besonders heftig verlaufen. Sie können Fehlgeburten oder

Frühgeburten auslösen. Während einer Schwangerschaft sollten Impfungen auf ein Mindestmaß beschränkt werden. Wenn sich eine Reise nicht vermeiden lässt, sprechen Sie unbedingt mit Ihrem behandelnden Arzt. Wichtig: Viele Fluggesellschaften befördern Schwangere ab dem 6 Monat nicht mehr. Vergessen Sie bitte nicht bei Ihrer Buchung auf Ihre Schwangerschaft hinzuweisen. Geben Sie am Check In am Flughafen an, daß Sie Schwanger sind. Für Schwangere gibt es in den meisten Flugzeugen extra Sitzplätze mit besonders großem Sitzabstand.

6.1 Pflegen & Reinigen

- Bürste
- Desinfektionsmittel
- feuchte Tüchlein
- Fieber-, Badethermometer
- Baby-Nagelschere
- Ohrstäbchen
- Pampers, Windeln
- Shampoo, Badeöl
- Sonnenmilch (LSF>25)
- Spezielle Medikamente, Vitamin D, Paracetamol-Zäpfchen, Fluortabletten, Nasenspray

- Wundschutzcreme, Körpercreme, Öl, Puder
- Zahnbürste
- Zahnhilfegel
- Zahnpasta

6.2 Essen & Trinken

- Brei, Milchbabynahrung
- Elektrolyte
- Essen & Trinken für Start & Landung im Flugzeug (Druckausgleich)
- Esslatz, Sabberlätzchen
- Flaschen
- Flaschenwärmer (auch fürs Auto)
- Gläschen
- Nuckel, Sauger (für Tee und Milch)
- Pürierstab
- Tee, Saft, Milchzucker

6.3 Anziehen

- Badehose, Babybadehose
- Besonders Wind- und Wetterfeste, warme Kleidung
- Halstuch
- Jacke
- Kurze Hosen
- Lange Hosen
- Mützen, Stirnband, Handschuhe (Fäustlinge), Schal
- Schlafsack, Schlafkleidung

7 Elektronik & Technik

7.1 Allgemein

- Adapter f. Steckdosen
<http://www.kropla.com>
- Akkus/Batterien für alle elektr. Geräte
- Bordspannungsadapter (f. Flugzeug + Auto)
<http://www.targus.com>
- Funkgeräte
- GPS inkl. Batterien / Akkus
- Kassetten, CDs, MDs, Speicherchips
- Kompass, Höhenmesser
- Kopfhörer
- Reisewecker
- Walkman, Discman, Minidisc, MP3
- wasserdichte Stranduhr (evtl. mit Weck-, Stoppfunktion)
- Weltempfänger

7.2 Foto & Video

- Blitz (inkl. Batterien o. Akkus)
- Dichtungs-, O-Ringe, O-Ringfett, Silikonbeutel, Isolierband, Gummiringe
- div. Filter (UV, Skylight, Polfilter, Graufilter)
- evtl. Unter-Wasser Cameraausrüstung
- Filme (Papier, Dia, Videotapes)
- Foto-/Videotasche, -koffer, -rucksack
- Funktionscheck und Reinigung der Ausrüstung
- Objektive inkl. Sonnenblenden

8 Sommer, Strand

8.1 Allgemein

- (aufblasbare) Badetasche (als Kissen geeignet)
- Blasebalg
- Flickzeug
- Grosses Handtuch, Liegedecke

- Schuhe, Gummistiefel
- Sonnenhut
- Strandschuhe
- Strümpfe, Strumpfhosen, Anti-Rutsch-Socken
- Sweatshirt
- T-Shirts
- Unterwäsche, Body

6.4 Spielen & Lernen

- Bücher, Stifte
- Kassetten, Kassettenrekorder
- Knuddeltiere
- Lieblingskuscheltier
- Spielsachen (auch für die Reise)
- Spieluhr
- Strandspielzeug

6.5 Sonstiges

- Autositz, Babyschale
- Babyphon
- Bettzeug
- Einreisevorschriften für Kinder beachten: reicht Kinderausweis, mit oder ohne Bild?
- Kindersicherung (Steckdose, Tür, Fenster)
- Kinderwagen m. Fusack, Buggy
- Kissen für die Reise
- Mückennetz (Bett, Kinderwagen)
- Plastiksäcke
- Regenverdeck (Kinderwagen)

- Regenschutz (Gefrierbeutel oder Mülltüten)
- Reinigungsset (Pinsel, Tücher)
- Reserveakku
- Sport- oder Tauchgehäuse
- Stativ (Einbein, Dreibein, Schnur) eine gespannte Schnur (zw. Fuß + Hand, welche die Kamera hält) wirkt wie ein Einbein.
- Versicherung der Ausrüstung
- wasserfeste Filzschreiber zum Beschriften
- Weitwinkel-, Televorsatz
- X-Ray-Schutzbeutel für Filme

7.3 Notebook

- Disketten
- Externe Geräte (Floppy, CD, Maus)
- Notebook (inkl. benötigter Software)
- Ladegerät, Netzkabel
- Reserveakku
- Tasche mit Tragegurt

7.4 PDA (Palm, Power PC)

- Akku aufladen
- Hotsync zu Hause durchführen
- Nützliche Programme installieren/updates:
- Cryptobox (vertrauliche Daten verschlüsseln)
<http://www.portableprojects.com>
- Flugplan der kompletten Star Alliance Gruppe
<http://www.staralliance.com>

- Gummiboot, Badeinsel, Planschbecken
- Klapptisch und Klappstühle
- Kühltasche und Akkus (evtl. mit 12V Anschluss fürs Auto)
- Luftmatratze
- Schwimmhilfen (Armflügel, Schwimmreifen)
- Sonnenbrille mit Etui

- Reisebett
- Rückentrage, Tragetuch
- Schnuller
- Schwimmflügel, -reif
- Sonnenblende im Auto
- Strandzelt, Sonnenschirm
- Wickelunterlage

6.6 In die Wickeltasche

- Creme für den Windelbereich
- Feuchttücher
- Flasche Tee, Saft od. Wasser
- frischen Body und neue Kleidung
- Gesichtsscreme (für Sommer mit Sonnenschutz, im Winter mit Fett)
- Handy für Notfälle
Mailbox-PIN für die Benutzung im Ausland notieren.
- Kekse (ab 8 Monate)
- Milchpulver
- Obstgläschen bzw. Brei inkl. Löffel
- Plastiktüte für Windeln
- Sabberlatz (bzw. später Eßlätzchen)
- Spielzeug
- Sterile Flasche und Milchsauger
- sterilen Schnuller
- Taschentücher
- Thermoflasche mit abgekochtem Wasser
- Wickelunterlage
- Windeln

- Handyshopper f. Checklisten aller Art (auch für diese Reisecheckliste!)
<http://www.palmgear.com?xyz=1350>
- Kleine Palm-Programme: Timer, Sonnenkompaß, ...
<http://www.jawer.de/pilot/tjhomed.htm>
- PDA World-Travelkit
<http://www.ednet-ag.de>
- Worldmate (Weltzeit, Währungsurr., uvm)
<http://www.mobimate.com>
- Wörterbuch
<http://www.absoluteword.com>
- PDA (Palm/Power PC)

7.5 Handy

- Auslands-Tarifinformationen ausdrucken + mitnehmen
<http://www.focus.de/handy>
- Evtl. PrePaid-Karte aus vorangegangenerm Urlaub im gleichen Land mitnehmen. Nummer bekannt machen!
- Funktioniert PrePaid-Karte (D1 Xtra, D2 CallYa etc.) auch im Urlaubsland?
- Handy
- Ladegerät
- Mailbox für den Auslandseinsatz umstellen. Mailbox-PIN notieren
- Roaming des eigenen Providers im Urlaubsland checken
- Verbindungskabel (Handy-Notebook)

9 Winter, Ski / Berge<http://www.snownet.de>**9.1 Winter, Ski**

- (alkoholische) Getränke
- Clips für Skipass
- Dachgepäckträger, Skibox, Skisack
- Faserpelzjacke
- Frostschutzmittel
- Handschuhe
- Lawinen Airbag
- Lawinenwarner, Funksignalgeber
- Mütze, Stirnband, Helm
- Schal
- Schlitten, Bob, Schlittschuhe
- Schneeketten
- Schokolade, Kekse, Müsliriegel
- Ski, Stöcke, Snowboard
- Skibrille, Sonnenbrille
- Skihose, -anzug, -jacke
- Skisocken
- Skistiefel, Snowboard Boots
- Skiunterwäsche
- Skiwachs, Bügeleisen, Abziehklinge
- Sonnencreme (LSF > 10), Lippenschutz
- Thermoskanne
- Willi, Jagatee-Bausatz
- Winterreifen montieren

10 Auto**10.1 Vorbereitungen**

- Routenplanung/Karten
 - <http://www.falk-online.de>
 - <http://www.germany-tourism.de>
 - <http://www.mapquest.com>
 - <http://www.microsoft.com/automap>
 - <http://www.stadtplandienst.de>
 - <http://portale.web.de/Auto/Routenplaner>
- Baustellen auf der Strecke?
 - <http://www.bmv.de/> > Service > Baustellen
- Staumeldungen beim ADAC erfragen

10.2 Mietwagen

- Angaben im Mietvertrag vor Abfahrt prüfen
- Mietwagen auf Schäden vor Abfahrt untersuchen

10.3 Eigenes Auto

- (Ersatz) Keilriemen
- (Ersatz) Reifen

11 Motorrad**11.1 Klamotten**

- Crosshose
- Crossspanzer
- Crosstiefel
- Ellenbogenschützer
- Halstuch
- Handschuhe
- Helm/Brille
- Knie/Schienbeinprotektoren
- leichte Endurojacke
- Nierengurt
- Sturmhaube

11.2 Werkzeug

- (Sport)Kettentrenner
- 0.1 mm Blattlehre
- 2x Pneueisen (im Luftfilterkasten eingebaut)

9.2 Berge

- 1 Paar Grödeln bzw. Steigeisen
- 1 Reepschnur 9/11mm
- 2 Bergstöcke
- 2 Klettersteig-Karabiner
- Biwaksack
- DAV Karten
- Gebiets-/Bergführer
- Gletscherbrille
- Höhenmesser
- Kletterausrüstung
- Kombigur
- Rettungsdecke (Alu-/Astronautendecke)
- Steinschlaghelm
- Stirnlampe

9.3 Kinder in den Bergen

Tipps vom DAV:

- Ausrüstung für Kinder gehört in den Rucksack der Erwachsenen.
- Behälter für den Tourenproviant sowie Trinkflaschen für jede Person (1 Liter) gehören zur Standardausrüstung.
- bequeme Kleidung, die ruhig schmutzig werden darf
- der Rucksack der Eltern sollte groß genug sein (etwa 45 bis 60 Liter), um auch das Gepäck der Kinder mitaufnehmen zu

- Abschleppseil
- Adressen von Vertragswerkstätten
- Auto-Schutzbrief
- Automobilclub-Mitgliedskarte
- Batterie checken
- Beleuchtung
- Betriebsanleitung
- D-Schild, Autobahnvignette (Österreich und Schweiz), Mautkarte
- Dachgepäckträger, Gepäckbox
- Eiskratzer
- Fahrzeugpapiere, Versicherungsunterlagen
- Feuerlöscher
- Grüne Versicherungskarte
- Im Winter unverzichtbar: warme Decken/Proviant bei Stau oder Panne
- Informationen über Straßenverkehrsregeln im bereisten Land
- Kassetten, CD's
- Kindersitz, Sitzkissen, Sonnenschutz für Scheiben
- Lenkradsicherungsstange
- Notpumpe

- ein 40er Montiereisen m. Spatenblatt
- Felgenschoner
- Gabelschlüssel versch. Größen
- Imbusschlüssel versch. Größen
- Kerzenschlüssel
- KTM Knochen
- Luftdruckmesser
- Luftpumpe, Luftdruckmesser
- Multimeter
- Ringschlüssel versch. Größen
- Schraubenzieher -Kreuz;-Schlitz
- Seitenschneider
- Speichenschlüssel
- Steckschlüssel versch. Größen
- Wasserpumpenzange
- Zange

11.3 Ersatzteile

- 3 Speichen je Größe mit Nippel
- 5 cm Kupferrohr (für Kühler-Bypass)
- Benzinschlauch

- können. Von außen zugängliche Taschen erleichtern das rasche Auffinden kleinerer Gegenstände.
- die Schuhe der Kinder sollten den Knöchel stützen und eine rutschfeste Sohle haben. Für Kinder, die überwiegend selbst laufen, empfehlen sich bereits Kinderbergstiefel
- Ersatzwäsche für Kinder und besonders Reservesocken für feuchte Abenteuer werden häufig benötigt
- In den Rucksack gehören auch für die Kinder immer Regen-, Sonnen- und Kälteschutz
- Kuschteltiere Spielzeuge und was sonst noch unbedingt mitgenommen wird, sollten Kinder im eigenen kleinen Rucksack tragen
- Notapotheke
- Notproviant wie Nüsse, Trockenobst und Müsliriegel
- Rettungsfolie
- Stabile Teleskopstöcke fördern das sichere Gehen, besonders, wenn Kinder getragen werden
- Taschenmesser
- zum Wechseln ein Jogginganzug, der auch auf der Hütte gute Dienste leistet

- Öl, Luft, Wasser (Waschanlage, Kühler)
- Reiseproviant incl. Seelentröster für kleine Kinder
- Reservebirnen
- Reservekanister gefüllt
- Reserveöl
- Reserverad/Notrad (Luftdruck)
- Reserveschlüssel
- Scheibenwischer
- Sicherheitstraining (Fahren im Schnee, auf unbefestigten Straßen)
- Sicherungen
- Straßenkarten, Überblickskarten über Tankstellen, Raststätten
- TÜV, ASU
- Unfallset (Unfallprotokoll in Landessprache, evtl. von Versicherung)
- Verbandskasten
- Wagenheber
- Warndreieck
- Wasserreserve für Kühler
- Werkzeug

- Bremsgriff mit Zylinder
- div. Schrauben
- Draht
- Ein paar Briefchen mit gemahlenem Pfeffer (Kühlerdichtmittel)
- Epoxidkleber
- Faltrichter
- Fett
- Filterskin zum wechseln unterwegs
- Flickzeug
- Gaszug
- Gummiringe aus Schläuchen
- Handreinigungssand
- je ein Schlauch pro Felgengröße
- Kabelbinder
- Kerze, die schon gebraucht ist
- Kettenöffner
- Kettenschlüssel
- Kettenspray
- Klebeband
- Kupplungsgriff mit Schelle

- Kupplungszug
- Luftfilteröl
- MB-Pumpe, Rahmbläserpatronen + Adapter (ca. 10x günstiger als CO2 Patronen)
- Motorenöl
- Pannenspray

- Ratbike-Tape
- Schlauchflickzeug (LKW-Tauglich)
- Schlauchschellen
- Schnur
- Schweissdraht
- Seil (zum Abschleppen)
- Seilzeugreparaturkit

- Speichen
- Speichenschlüssel
- Vorderschläuche (passen auch hinten)
- Zündkerze
- Zwei Kettenschösser, ein Mittelglied

12 Fahrrad

- <http://www.rad-reisen.com>
- <http://www.bike-shop.de>
- <http://www.bruegelmann-fahrrad.de>

12.1 Vorbereitungen

- Fahrrad putzen
- Felgen zentrieren, nachspannen
- Lager/Gewinde fetten/ölen
- Neue Reifen aufziehen, aufpumpen
- Schrauben nachziehen
- Verkehrssicherheit überprüfen (lassen)

12.2 Zubehör am Bike

- Getränkehalter, Wasserflaschen mit Inhalt
- Radcomputer, Tachometer
- Satteltasche, Lenkertasche mit Kartenfach
- Schloß

12.3 Werkzeug

- Bowdenzüge (Bremsen und Schaltung)
- Draht
- Ersatzbirnen

- Ersatzbremsklötze bzw. Gummieinsätze
- Ersatzkette oder Kettenglieder
- Ersatzschlauch
- Ersatzspeichen, Speichenschlüssel
- Fett, Kettenöl, Lappen, Zahnbürste
- Flickzeug
- Gabelschlüssel
- Gewebeband
- Imbusschlüssel 2-6mm
- Kabelbinder
- Kettennietendrücker
- Kombizange
- Kreide zum zentrieren
- Kurbelabzieher
- Luftpumpe, Gaspatrone
- Mantel (Reifen)
- Mantelheber
- Pedalschlüssel
- Schraubendreher kreuz und normal
- Tretlagerschlüssel
- Zahnkranz- u. Kurbelabzieher (besser: Autex-Schrauben)

12.4 Klamotten

- (Neopren) Radhandschuhe
- (Regen-) Überjacke
- Funktionsunterwäsche
- Hut/ (Schirm-) Mütze, Sturmhaube
- lange (Regen-) Überhose o. Einsatz
- Radhandschuhe, gefüttert
- Radlerhosen
- Radschuhe mit passendem Clip-System
- Radshirts kurzarm, langarm
- Trikot
- Überschuhe, Überhandschuhe
- Windstopperweste

12.5 Im Rucksack, am Körper

- Brustbeutel, Hüfttasche
- Creme für den wunden Popo für nicht so Trainierte
- Helm inkl. Regenüberzug
- Landkarten
- Leichte Stoffbeutel mit Zug und Tankas
- Leinen, Schnüre, Gurte
- Rucksack-Regenhülle
- Wassersack

13 Camping

- <http://www.ecamp.com>
- Campingführer

13.1 Zelt & schlafen

- Blasebalg
- Hammer, Axt
- Hängematte und Nylonseil (Befestigung)
- Imprägniermittel
- Isomatte, Thermarest
- Kopfkissen
- Luftmatratze
- Pavillion
- Schlafsack
- Stangen, Heringe, Zeltunterlage, Reparaturset (Nahtdichter, Flickzeug, div. Ersatzteile)

13.2 Ausrüstung

- Alu-, Frischhaltefolie
- aufblasbare Kleiderbügel
- Besteck
- Bindfaden
- Brennstoffkartuschen
- Brot-, Fleisch-, Gemüsemesser
- Eimer
- Eintopf Dosen
- Fliegenklatsche
- Gas- oder Benzinkocher
- Handfeger, Schaufel
- Holzbrett
- Klapp-, Liegestühle
- Klappspaten
- kleine faltbare Sitzgelegenheit mit Rückenlehne, Sitzmatte, Falthocker

- Klopapier, Kleenex
- Kochtopf mit Deckel
- Küchenrolle (Zewa)
- leere Dosen (Tupper)
- Öllampe inkl. Lampenöl
- Pfanne
- Plastiktüten
- Pril/Lappen//Handtuch/Glitz
- Schraubenzieher
- Schüssel
- Teller, Tasse, Becher
- Thermometer (innen + außen)
- Thermoskanne (auch als Trinkflasche für kalte Getränke im Sommer!)
- Tisch, Tischdecke
- Trinkwasserbehältnisse
- Verlängerungskabel
- Wasseraufbereitungstabletten, -filter
- Wasserkocher, Tauchsieder

13.3 Technischer Zustand des Fahrzeugs

- <http://www.civd.de>

wie bei Pkw:

- Betriebsflüssigkeiten
- Einstellung der Außenspiegel
- Hupe
- Lichtenanlage

Beladung

- zulässiges Gesamtgewicht nicht überschreiten
- Wiegen des Fahrzeugs (Waage als Zubehör oder öffentliche Waage) oder der einzelnen Ladungen (Haushaltswaage). Packliste mit Gewichten hilft für künftige Reisen

- Wasser und Flüssiggas
- richtige Verteilung der Beladung
- Caravan: schweres Gut in Achsnähe unten
- Stützlast ausschöpfen, doch nicht überschreiten (Personenwaage oder Stützlastwaage): Deichsel waagrecht, am Kupplungsmaul wiegen
- Motorcaravan: Achslasten nicht überschreiten: Radwaage
- Ladung im Wohnwagen gegen Verrutschen sichern
- Möglichkeit der Auflastung, falls schwere Ladungen wie Motorradträger

Reifen

- richtiger Luftdruck, ausreichendes Profil (1,6 mm), keine Schäden
- alte Reifen austauschen, auch wenn technisch in Ordnung (einseitige Abplattung) Faustregel: nach 5 Jahren austauschen

Flüssiggasanlage

- gültige Prüfplakette - alle zwei Jahre zur Prüfung durch amtlich anerkannten Sachverständigen, z.B. TÜV, DEKRA, Händler, Werkstätten

Stabilisierungseinrichtungen

- E M P F E H L U N G: Ausrüstung des Wohnwagengespanns mit Stabilisierungseinrichtung, erhöhen die Fahrsicherheit beträchtlich

Sanitärkonzentrate

- Bitte mit Blauem Umweltengel, bisher zehn Produkte erhältlich, Tendenz steigend. Schleswig-Holsteinische Campingplatzordnung: nur Blaue-Engel-Produkte

14 Verpflegung

14.1 Allgemein

- Kühlbox (mit 12V Anschluß), Transportbox
- Lunchpaket für An-, Abreise
- Tuppergeschüssel mit Deckel
- Zigaretten, Tabak, Aschenbecher

14.2 Flüssigkeit

- Alkoholika (Bier, Schnäpse zum Abschmecken und nach dem Essen)
- Brausetabletten (Magnesium, Calcium, Vitamine)
- Getränkepulver (isotonisch)
- Kaffee, Tee, Eistee (auch Filter)
- Milch, Kakao(pulver), Vollmilch(pulver), eingedickte Kondensmilch
- Mineralwasser, Saft

14.3 Warmes Essen

- Griess, Milchreis
- Kartoffeln, Reis, Nudeln, Soßen

- Mehl, Eier, Speck, Dauerwurst
- Suppen, Suppenwürfel

14.4 Gewürze

- Kräutermischung, Fleischgewürz
- Maggi, Tabasco, Tomatenmark
- Öl, Essig, Zwiebeln
- Pfeffer, Salz
- Senf, Ketchup, Majonaise
- Zimt, Muskat, Paprika, Curry, Knoblauch
- Zucker, Süsstoff

14.5 Kaltes Essen

- Brot (Toast-, Knäcke-, Vollkorn-, Zwieback)
- Butter, Margarine
- Haferflocken, Müsli, Cornflakes
- Joghurt
- Marmelade, Honig, Nutella
- Trockenobst, Sonnenblumenkerne, Kleie, Weizenkeime, Rosinen, Sojaschrot, Leinsamenschrot
- Wurst, Käse

14.6 Süßes, Sonstiges

- Kaugummi ohne Zucker
- Süßigkeiten, Knabberkram (Nüsse, Kekse)
- Tuppergeschüssel mit Deckel

Ballaststoff- und mineralienhaltige Nahrungsergänzung unterstützt die Nahrungsumstellung und die körperlichen Abwehrkräfte entscheidend! Hier ein paar Beispiele von <http://www.steppenwolf.de/>:

Teebeutel	12 Stk pro Person und Tag
Zucker	50g pro Person und Tag
Schokolade	50g pro Person und Tag
Müsliriegel	50g pro Person und Tag
Pemmikan	60g pro Person und Tag
Tütensuppen	40g pro Person und Tag
Nudeln/Reis/Trockennahrung etc.	150g pro Person und Tag

15 Sonstiges

15.1 Kleinkram

- Bücher, Zeitschriften, Rätselhefte
- Empfehlungsschreiben
- Fernglas
- Feuerzeug, Streichhölzer
- Flaschenverschluß
- Gesellschaftsspiele, Karten, Gameboy
- Gezeitentabellen f. Wanderungen am Strand
- Kerzen, Mückenkerzen
- kl. Taschenrechner (oder Währungs-, Temperaturumrechnungstabellen)
- Klebeband, Befestigungsriemen, Klettband
- kleines Kopfkissen, aufblasbares Nackenkissen für den Flug
- Moskitonetz (auch für Kopf gegen lästige Biester beim Wandern)
- Mülltüten
- Reiseführer, Kartenmaterial mit Schutzfolie
- Schere
- Schreibunterlage mit Klemme
- Tagebuch, Fahrtenbuch
- Taschenlampe, Stirnlampe, Zeltlaternen
- Taschenmesser mit Flaschen-, Dosenöffner, kleine Säge (Leatherman)
- Telefonkarten
- Trillerpfeife, Signalpfeife
- Wörterbuch Englisch bzw. Landessprache

15.2 Hobby & Freizeit

- Angelausrüstung (oft reicht Handleine mit Haken + Korken fürs Nötigste)
- Fußball, Volleyball mit Netz, Basketball
- Mal-, Zeichenzeug
- Musikinstrument
- Tischtennis

15.3 Koffer, Rucksäcke, Taschen

- Grosse Tragetasche mit Schultergurten und Schutzhülle
- Hartschalenkoffer nur bei Hotelaufenthalt (bei Rundreisen sehr schlecht geeignet)
- Kartenhalter (am Rucksack oder Fahrradlenker)
- Rucksack inkl. Schutzhülle und Ersatzgurte
- Schlösser, Kofferriemen und -schlüssel (zum Sichern von Türen und Gepäck)
- Wasserdichte Hülle für alle Ausweise

15.4 Handgepäck

aus dem STERN Newsletter Reise 41/98

"Wieviel Handgepäck Sie auf Flugreisen mitnehmen dürfen, ist genau spezifiziert. An Bord dürfen seit einiger Zeit nur noch ein Stueck Handgepäck und ein Fotoapparat. Die Airlines werden in dieser Hinsicht immer strenger, weil die Kabinenfaecher regelmæssig ueberfuellt sind und lose herumliegende Gepaekstuecke im Ernstfall zum Geschoss werden. Je nach Fluggesellschaft, gibt es unterschiedliche Bestimmungen. Im Idealfall sollte das Handgepäck 55 x 40 x 20 Zentimeter gross sein (oder faltbarer Kleidersack bis zu 57x54x15 cm Umfang) und nicht mehr als acht Kilogramm wiegen (ich hatte aber auch schon 20kg dabei). Elektrische Geraete und gefaehrliche Gegenstaende wie Messer, Scheren und Aehnliches gehoeren nicht hinein."

Nicht vergessen sollten Sie dagegen:

- (Hals)Bonbons zum Lutschen
- Arzneimittel zur Dauertherapie und Standardmedikamente
- aufblasbares Nackenkissen
- Die Handgepäckbeschränkung lässt sich mit einer grossen Gürtel-Bauchtasche etwas dehnen.
- Kaugummi, Reisekrankheit
- Kopfhörer (von früheren Flügen)
- leichter Pullover
- Lektuere
- Ohropax
- Reise- und Sprachführer
- Reiseunterlagen

Die Handgepäckbeschränkung lässt sich mit einer grossen Gürtel-Bauchtasche etwas dehnen.

15.5 Packen gemäß den neuen Sicherheitsvorschriften (USA)

- Bombensensoren können irrtümlich Alarm schlagen (z.B. bei Schokolade)
- Bücher und Papier verteilen, ohne dicke Stapel zu bilden – wegen der Röntgenmaschinen
- Den Koffer nicht zu voll packen, dann laufen eventuelle Kontrollen leichter
- Filme können von den neuen, stärkeren Röntgenmaschinen zerstört werden
- Koffer nicht abschließen – er darf ohne Kostenersatz aufgebrochen werden
- Schuhe schnell auffindbar in den Koffer legen, da in den Sohlen nach Sprengstoff gesucht wird.
- Wertsachen nur ins Handgepäck

16 Transfer

16.1 Allgemein

- Anfahrtskizze, Wegbeschreibung
- Beim Transfer evtl. sperriges Sportgepäck berücksichtigen
- Stadtplan für erste Orientierung nach der Ankunft
- Verbindungen/Anschlußzeiten aller Reisemittel notieren (Flug, Bahn, Bus, Schiff, ...)

16.2 Hin- und Rückreise

- Essenswünsche für Flug vorbestellen (Vegetarisch, Schonkost, Diabetiker)
- Sitzplätze im Flugzeug hin und zurück schon bei Buchung reservieren
- Speisewagen reservieren
- Spezielles Abteil für Mutter/Kind od. Familien in der Bahn
- Transfer Hotel-Abflughafen
- Transfer von Zielflughafen-zu Hause
- Transfer von zu Hause-Abflughafen

- Transfer Zielflughafen-Hotel

16.3 Während der Reise

- Fährüberfahrten organisieren (z.B. Neuseeland von Nord- auf Südinsel)
- Hotelsafe f. Tickets+Wertsachen
- Mietauto im Reiseland vorbestellen

17 Verhalten

17.1 Sicherheit

- Bargeld am Körper tragen
- Die Telefonnummern zur Sperrannahme sind auf der separaten Checkliste (siehe letzte Seite) zu notieren
- Kaufen Sie nichts bei vermeintlich günstigen "Flüsterhändlern"
- Lassen Sie ihr Gepäck nie aus den Augen (beim Warten immer zwischen den Beinen)
- Lassen Sie keine Wertsachen im Auto
- Lassen Sie sich nicht von Fremden dazu überreden, für angebliche Freunde Geschenksendungen mit nach Hause zu nehmen
- Nehmen Sie nur einen Tagesbedarf an Geld oder Schecks mit
- Pässe, Bargeld und Schmuck gehören in den Hotelfsafe
- Vorsicht bei der Auswahl des Gepäckträgers

18 Aktivurlaub

18.1 Golf

- Bleistifte
- Blistex
- Bürste zum Schuheputzen
- Feuchte Tücher
- Golfbälle
- Golfschuhe
- Halstuch
- Handschuh
- Handtuch
- Münzen für Ballautomat
- Regenschirm
- Schuhcreme
- Schuhspanner
- Tees
- Wasserflasche

18.2 Tauchen

19 Dokumentenliste

In diese Liste sollten Ihr alle Konto und Kartennummern eintragen, damit Ihr im Verlustfalle (Gepäck verloren gegangen, Diebstahl, ...) sofort ohne lange zu suchen alle Daten durchgeben könnt und Euch kein weiterer Schaden entsteht bzw. daß Ihr umgehend Ersatz bekommt!

Eine Kopie dieser Dokumentenliste sollten Ihr sicher verwahrt im Urlaub dabei haben und eine weitere Kopie zu Hause bei Eltern oder Bekannten belassen. So würde ein Anruf aus dem Ausland genügen und es fallen weniger Gebühren und Streß an. Durch Zeitverschiebung ist in Deutschland oft auch gerade keine Bürozeit. Perfekt wäre natürlich ein Dokumentenservice, bei dem solch eine Liste verwahrt werden könnte und der sich im Notfall professionell um Sperrung und Ersatz bemühen könnte. Im Folgenden ein paar Kontakte:

Sperr e.V. (evtl. Notruf 116)
 Michael Denk
<http://www.sperr-ev.de>
 Card Protection Plan GmbH
<http://www.kartenschutz.de>

17.2 Umwelt

aus: TUI - Wichtige Tipps für Ihren Urlaub
Wasser sparen

Wasser ist ein kostbares Gut. Bitte gehen Sie deshalb bewußt und sparsam mit dem Wasser um! Im Urlaub haben Sie natürlich Anspruch auf Komfort, aber müssen Handtücher und Bettwäsche wirklich so oft gewechselt werden?

Energie sparen

Bitte achten Sie darauf, Licht, Klimaanlage und sonstige Energieverbraucher abzuschalten, bevor Sie das Hotelzimmer verlassen. Strom sparen ist umweltfreundlich.

Pflanzen und Tiere schützen

Helfen Sie gefährdeten und bedrohten Pflanzen und Tieren, indem Sie ihre natürlichen Lebensräume achten und schonen. Verzichten Sie auf Souvenirs wie Muscheln, Korallen oder ausgestopfte Tiere.

Land und Leute respektieren

- Abklären: Wo ist der nächste Arzt, Krankenhaus, Dekokammer?
- Bleigewichte und Gurte
- Boje mit Taucherflagge (in manchen Ländern vorgeschrieben)
- evtl. Adapter für DIN/INT Anschluß
- evtl. Boot
- Finimeter, Kompass
- Füsslinge, Handschuhe (Tropenhandschuhe)
- Handlampe (Ladegerät, Batterien)
- Kompressor, Tauchgeräte
- Lungenautomat (Oktopus-System)
- Maske, Schnorchel, Flossen
- Messer, Pieper
- Reparatur- und Ersatzmaterial
- Sauerstoff
- Signal-, Verbindungsleinen, Karabiner
- Tarierweste oder Jacket
- Tauchanzug (Jacke, Hose, Kopfhaube)

Karte weg AG

<http://www.karte-weg.de>

KeySecurity AG

<http://www.keymail.ch/>

Alternativ kann man auch wichtige Karten/Dokumente einscannen und an die eigene Email-Adresse senden. Per Webmail kommt man dann selbst von jedem Internetcafe an die Daten. Geheimnummern für EC oder Kreditkarten sollten auswendig gelernt und möglichst nirgends notiert werden (außer z.B. Crypbox - siehe Kategorie 7).

Alle angegebenen Notrufnummern sind ohne Gewähr und sollten vor Reiseantritt geprüft werden!

19.1 Tickets, Bestätigungen

- Bestätigungen (Flug, Hotel)
- Buchungscodes (Flug, Mietwagen)
- Tickets (Flug, Zug)

19.2 Ausweise

- Ausweise
 Nummer:

Andere Länder, andere Sitten. Respektvolles Verhalten gegenüber Gastgebern, trägt dazu bei, daß Kultur und Eigenart eines Landes erhalten bleiben.

17.3 Reisemängel

<http://www.reisemangel.de>

<http://www.kanzlei.de/reisem.htm>

<http://www.finanztip.de/web/degott>

- Beschwerde vom Reiseleiter schriftlich bestätigen lassen
- Beweise sammeln (Video, Fotos, Zeugen)
- Datum+Uhrzeit der Mängel notieren
- Gutscheine müssen Sie nicht akzeptieren
- Mängel sofort beim Reiseleiter rügen (nicht Hotelrezeption)
- Rückzahlung vom Reiseveranstalter innerhalb 1 Monat nach Rückkehr
<http://www.finanztest.de> > 'Downloads' > 'Infodokumente aus Freizeit + Reise'

- Tauchärztliches Attest, Taucherpaß, Logbuch

- Tauchbasen, die eine Anfängerausbildung betreiben, können zumeist komplette Tauchausrüstungen (gegen entsprechenden Mietpreis) anbieten
- Tauchcomputer

18.3 Tennis

- Tennisschläger, Ersatzschläger
- Bälle
- Sonnenmilch
- Ersatzsaiten
- Handtuch
- Stirnband, Schweißband
- Kappe für Sonnenschutz
- Tennisschuhe
- Tennissocken
- T-Shirts
- Trainingsanzug

- Führerschein 1
 Nummer:
 ausstellende Gemeinde:

19.3 Finanzen

- Am. Expr. Traveller Schecks
 24h Notruf: +49 69 9797 3333
 Nummern:
- American Express Karte
 24h Notruf: +49 69 9797 7777 (blue), +49 69 9797 1000 (personal), +49 69 9797 2000 (gold)
 Kartennr.:
- Bank 1
 Adresse:
 Telefon:
- Diners Club
 24h Notruf: +49 1802 345454 o. +49 5921 861234
 Kartennr.:
- EC/Maestro Karte
 24h Notruf: +49 1805 021021
 Kartennr.:
- Euro Schecks
 24h Notruf: +49
 Nummern:

- Euro/Mastercard 1
24h Notruf: +49 69 7933 1910
Int.: 001 314 275 6690
USA/Kanada: 1 800 3077309
Kartennr.:
- Visa Karte 1
24h Notruf: +49 800 814 9100
Kartennr.:

19.4 Versicherungen

- Auslandskrankenversicherung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...
 - unbedingt Originalbelege aufheben
 - Auslandskrankenschein der gesetzl. Kasse
 - priv. Zusatzversicherung f. d. ganze Familie
 - Achtung: Teurer für alte Personen (>54-70 Jahre)
 - Achtung: Teurer für lange Reisen (>42Tage)
- Autoversicherung (Haftpfl., Kasko)
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...

- Fotoaparar
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...
- PDA
Bezeichnung:
Seriennr.:
- Reisegepäckversicherung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...
- Reisehaftpflichtversicherung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...
- Reiserücktrittversicherung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
- Reiseunfallversicherung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...

19.5 Geräte

- Sportausrüstung
Gesellschaft:
Versicherungs-Nummer:
Telefon:
24h Notruf: +49 ...
- Videokamera
Bezeichnung:
Seriennr.:

19.6 Adressen und Kontakte

- Deutsche Botschaft im Reiseland
Adresse:
Tel.:
- Deutsches Fremdenverkehrsamt
Adresse:
Tel.: +49 ...
- Fluggesellschaft
<http://www.fernweh.com/airlines.htm>
Gesellschaft:
Telefon Deutschland: +49 ...
Telefon Reiseland:
- Reisegesellschaft
Gesellschaft:
Telefon Deutschland: +49 ...
Telefon Reiseland:

20 Ganz Wichtig

- aktuelle Reiseinformationen (pol. Zustand, Einreisevorschriften, Adresse Deut. Botschaft/Konsulat)
- Decken private Versicherungen (Leben, Kranken) das Reiseland ab?
- Geld/Sorten von vergangenen Reisen
- Grüne Versicherungskarte (für Kfz)

- Allergiepass
- Impfpass
- Anfahrtsskizze/Wegbeschreibung
- Auslandskrankenversicherung
- Buchungsunterlagen/Tickets (Flug, Hotel)
- Dokumentenliste (19) ausfüllen
- EC-Karte
- Führerschein

- Geheimnummern (PIN) der EC-, Kreditkarte auswendig lernen
- gültiges Visum, Einreisekarte
- Hausschlüssel, Urlaubsanschrift und Dokumentenliste (19) hinterlegen (bei Bekannten, Verwandten)
- Kreditkarte (Gültigkeit)
- Personalausweis (noch 6 Monate gültig)
- Reisepass (noch 6 Monate gültig)

Die jeweils aktuelle Version gibt es unter: <http://www.daubner.de/pack.htm>

Notizen: