Gepäck-Check

Kleidung

- Feste Schuhe** (für Trekking-Touren in der Trockenzeit reichen Turnschuhe)
- Sandalen** (in die man leicht hinein- und herausschlüpfen kann)
- Hosen** oder **Röcke**, die nicht zu eng sitzen und nicht zu kurz sein sollten
- Kurze Hosen** (bei Männern bis zum halben Oberschenkel, bei Frauen bis zum Knie), Shorts nur am Strand
- Hemd** oder **Bluse**
- T-Shirts**
- Jacke** (für die An- und Abreise, kühle Nächte in den Bergen und AC-Busse)
- Pullover**
- Sonnenschutz:** Hut / Brille (in unzerbrechlicher Box) / Sonnencreme
- Socken** (für den Abend dichte, nicht allzu kurze Socken als Moskitoschutz)
- Unterwäsche**, für Frauen BH
- Badekleidung**, für Frauen Badeanzug, wenn Bikini, nicht zu sexy

Hygiene und Pflege

- Zahnbürste, Zahnpasta** in stabiler Tube, Zahnseide
- Shampoo / Haarpflegemittel**
- Nagelschere** und Nagelfeile (die Schere nicht ins Handgepäck)
- Kosmetika / Hautpflegemittel**
- Papiertaschentücher, Feuchtties** (für die Hygiene unterwegs)
- Sagrotan-Tücher**
- Tampons** (ausreichende Menge mitnehmen, denn es gibt sie nur in einigen Supermärkten und dann meist auch nur in Mini oder Extra. Binden bekommt man dagegen überall)
- Nähzeug** (Zwirn / Nähseide / Nadeln / Sicherheitsnadeln)

Sonstiges

- Taschenlampe** (plus Akkus und kleines Ladegerät)
- Reisewecker** (oder Handy / Armbanduhr mit Wecker)
- Taschenmesser** (nicht ins Handgepäck)
- Reiseapotheke, S. ##**
- Notizbuch / Stifte**
- dicker **Filzstift**, um sich in Travellercafés an der Wand zu verewigen
- Flugtickets, Geld** (Bargeld / Reiseschecks / Abrechnung über Schecks / Kreditkarte)
- Reiseführer**, Landkarten, Reiselektüre
- Reisepass** (evtl. Internationaler Studentenausweis und Personalausweis)
- Impfpass** (oder zumindest eine Kopie davon für den Notfall)
- Kopien der Dokumente** (nach der Einreise wegen Einreisestempel anfertigen)

Wer in einfachen Unterkünften wohnen wird, braucht zudem

- Seife** (Homestay)
- dünne **Handtücher**, die schnell trocknen (Homestay)
- Schnur** (als Wäscheleine oder zum Aufspannen des Moskitonetzes)
- Klebeband** (um zu packen und Löcher im Moskitonetz zu verschließen)
- kleine **Nägel** oder **Reißzwecken** (zum Befestigen des Moskitonetzes)
- Schlafsack** (Leinenschlafsack, Bettbezug oder dünne Tücher)