

## Ausrüstung

Adressenliste

Alleskleber

Armbanduhr

Ausweise: Impfausweis, Internationaler Führerschein, 2 Reisepässe, Ausweis (Kopien)

Badanzug

Ersatzbrille, Sonnenbrille, Etui

Eßgeschirr (gr. Tasse, Löffel), Taschenmesser

Finanzen: Travellers Cheques; Kreditkarten, Bargeld, EC-Karten (und ungültige Karten als Attrappe)

Gepäckgummi

Geschirrtuch

Hüftgürtel (unsichtbare Taschen für Papiere), Brustbeutel

Kalender

Kamera und Tasche, Polfilter, Filme, Filmhüllen, Selbstauslöser und Sucherkappe, Silica-Gel

Kerzen

Klamotten (2 lange Hosen, T-Shirts lang- und kurzärmelig, Woll- (kalt) und Baumwollsocken (heiß), Schlüpper, BHs, Fleece-Pullover, langärmliges Hemd, Überjacke, Tuch, Hut, Schuhe, Sandalen, Stofftreter, Legging, Gürtel)

Kleinkram: Büroklammer, Kaugummi, Plastetüten, Klebeband, Schekel.

Kocher Trangia, Spiritus

Kompaß

Liedertexte

Messer

Moskitonetz für Kopf, Mückenschutzmittel, Moskitonetz (Dach und untere Kante aus festem Stoff, Nylon)

Näh-, Reparaturzeug (Nadeln, Sicherheitsnadel, Zwirn, Garn, Knöpfe, Nieten, Schnallen/Laschen, Gurtband, Gummilitze, Schnürsenkel, Bindedraht, Rasierklinge)

Notizbuch (wasserfest, also gut gebunden, dabei leicht und mit vielen Seiten) + Stifte

Ohrstöpsel

Paßfotos

Pre-paid-Telefonkarte (T-Card – Telekom)

Regencap

Reiseapotheke

Reisewörterbücher (Minibücher: Englisch, Russisch, Spanisch)

Koffein-Tabletten

Salz, Pfeffer, Paprika

Schlafsack mit Inlet, Isomatte

Schloß z.B. f. Zimmertüren

Schuhputzbürste

Souvenirs von zu Hause, Familienfotos

## Ausrüstung

Stecknadel mit breitem Kopf, lang und stabil

Streichhölzer, Feuerzeuge

Tagebuch

Taschenlampe (supersparsam)

Taschenrechner solarbetrieben

Thermometer

Trinkflaschen

Versicherungsunterlagen

Waschzeug (Zahnbürsten, Zahnpasta, Zahnseide, Sonnencreme, Kamm, Nagelfeile, Nagelzange, Pinzette, Seife, Shampoo, Handtuch klein/groß, Klopapier, Taschentücher, Gallseife, Zopfspanne, Haargummi, Tampus)

Wasserfilter (Kohle + Keramik), Mittel auf Chlor- und Jodbasis

Weltempfänger

Zelt (Salewa „Bergen“)