

Packliste

FÜR DEINE REISE
Tipps zum Einpacken

REISECHECKLISTE

In dieser Checkliste findest du je nach Bedarf die Empfehlungen unserer Profis.

Vorbereitungen

- ☐ Impfungen / Gesundheitscheck, Impfausweis
- ☐ Reisepass / Visum besorgen
- ☐ Versicherungsschutz prüfen (Reiseversicherung)
- ☐ Krankenkassenkarte
- ☐ Wichtige Dokumente kopieren / in der Cloud ablegen
- ☐ Geld / Fremdwährungen
- ☐ EC / Kreditkarten
- ☐ Handyvertrag bezüglich Roaming prüfen
- ☐ Int. Führerschein beantragen
- ☐ Reisedokumente
- ☐ Schweizer Botschaft und Tourismusbüro vor Ort
- ☐ Post / Abos unterbrechen
- ☐ Zahlungen erledigen
- ☐ Schlüssel hinterlegen
- ☐ Haustiere versorgen
- ☐ Pflanzen versorgen
- ☐ Ferienadressen hinterlegen
- ☐ Reisegepäck beschriften
- ☐ Heizung auf Frostschutz, Gas / Wasser / Strom prüfen / abschalten
- ☐ Gepäckwaage
- ☐ _____
- ☐ _____

Unterwegs Unterwegs

- ☐ Handy / Kopfhörer
- ☐ Ladekabel
- ☐ Reiseadapter
- ☐ Brille / Ersatzbrille / Brillenrezept
- ☐ Kontaktlinsen / Kontaktlinsenmittel
- ☐ Sonnenbrille (mit Band)
- ☐ Feldstecher
- ☐ Persönliche Adressliste
- ☐ Notfallnummern
- ☐ Notfallausweis mit Infos zu Allergien, Blutgruppe, Krankheiten, etc.
- ☐ Visitenkarten
- ☐ Wertsachenbeutel für unter der Kleidung
- ☐ Gepäckschlösser / Schlüssel
- ☐ Messer / Multifunktionstool nicht ins Handgepäck
- ☐ Reiseführer / Reiselektüre
- ☐ Sprachführer / Übersetzungsapps
- ☐ Reise-Waschmittel
- ☐ Nackenkissen
- ☐ Spiele
- ☐ Musikinstrument
- ☐ Rucksack mit Regenhülle
- ☐ Rollkoffer / Duffelbag
- ☐ _____
- ☐ _____

Bekleidung & Schuhe

- ☐ Wärmende Jacke
- ☐ Regenschutz
- ☐ Fleecejacke / Pullover
- ☐ Reisehose
- ☐ Trekkinghose
- ☐ Shorts / Röcke
- ☐ Hemden / Blusen / T-Shirts
- ☐ Unterwäsche / Socken
- ☐ Thermounterwäsche
- ☐ Pyjama
- ☐ Badehose / Bikini
- ☐ Handschuhe
- ☐ Halstuch
- ☐ Stirnband / Mütze
- ☐ Sonnen- / Regenhut
- ☐ Gürtel
- ☐ Multifunktionsschuhe / Turnschuhe
- ☐ Sandalen
- ☐ Nähzeug
- ☐ _____
- ☐ _____

Gesundheit & Körperpflege

- ☐ Moskitonetz
- ☐ Insektenschutzmittel
- ☐ Wasserfilter
- ☐ Chem. Wasserentkeimung
- ☐ Wasserflasche / Trinksystem
- ☐ Medikamente
- ☐ Erste-Hilfe-Set
  falls eine Schere enthalten ist, diese nicht ins Handgepäck
- ☐ Desinfektionsmittel
- ☐ Präservative / Verhütungsmittel
- ☐ Binden / Tampons / Slipeinlagen / Hygienebeutel
- ☐ Sonnencreme
- ☐ Rasierzeug
- ☐ Seife / Shampoo / Deo
- ☐ Zahnbürste / -pasta
- ☐ Frottier- / Microfasertuch
- ☐ Haarbürste / Kamm / Föhn
- ☐ Blasenpflaster
- ☐ WC-Papier / Feuchttücher
- ☐ Nagelschere
  nicht ins Handgepäck
- ☐ Haargummis / Haarklammer
- ☐ _____
- ☐ _____

Übernachten & Kochen

- ☐ Zelt / Tarp / Zeltschnur / Ersatzstangen
- ☐ Zeltunterlage
- ☐ Heringe
- ☐ Biwaksack
- ☐ Schlafsack / Inlett
- ☐ Liegematte / Reparaturset
- ☐ Hängematte
- ☐ Kocher / Zubehör
  Landesbestimmungen für Brennstoffe prüfen: Was darf eingeführt werden?
- ☐ Sitzunterlage / Stuhl
- ☐ Pfannen / Grillrost
- ☐ Geschirr / Besteck / Becher
- ☐ Thermosflasche
- ☐ Laternen / Stirnlampe
- ☐ Kerzen / Streichhölzer
- ☐ Ohropax
- ☐ _____
- ☐ _____

Orientierung & Technik

- ☐ Kompass
- ☐ Höhenmesser
- ☐ Satellitennavigation GPS
- ☐ (Offline-)Karten
- ☐ Batterien / Akkus
- ☐ Powerbank
- ☐ Solarladegerät
- ☐ Satellitentelefon
- ☐ Entsprechende Ladekabel
- ☐ _____
- ☐ _____

Velo- / Biketouren

- ☐ Velo
- ☐ Packtaschen
- ☐ Lenkertaschen
- ☐ Schloss
- ☐ Rückspiegel
- ☐ Velolicht
- ☐ Helm
- ☐ Bikeschuhe
- ☐ Bikehandschuhe
- ☐ Spanngummis
- ☐ Velocomputer
- ☐ Werkzeug / Reifenflickzeug
- ☐ Isolierband / Kabelbinder
- ☐ Pumpe
- ☐ Velohose / Trikot
- ☐ Windstopper
- ☐ Karten / Routenplan
- ☐ Ersatzschlauch
- ☐ Ersatzhaken für Velotasche
- ☐ Ersatzspeichen
- ☐ Ersatzbremsbeläge
- ☐ Ersatzkette
- ☐ Kettenöl
- ☐ Protektoren
- ☐ Ladegerät für E-Bike
- ☐ _____
- ☐ _____

Fotoausrüstung

- ☐ Kamera / Stativ
- ☐ Speicherkarten
- ☐ Batterien / Ladegeräte
- ☐ Reinigungsmaterial
- ☐ _____
- ☐ _____

Wintersport

- ☐ Skis / Snowboard / Splitboard
- ☐ Ski- / Snowboardschuhe
- ☐ Felle
- ☐ Harscheisen
- ☐ Stöcke
- ☐ Schneeschuhe
- ☐ Schaufel
- ☐ LVS
- ☐ Sonde
- ☐ Lawinenairbag
- ☐ Helm
- ☐ Warme Socken
- ☐ Handschuhe
- ☐ Mütze
- ☐ Brille
- ☐ Skibrille
- ☐ Wasserdichte Winterjacke und Hose
- ☐ Warme (lange) Unterwäsche
- ☐ Rucksack mit Schneeschuh- oder Skitragesystem
- ☐ Skiwachs
- ☐ Wärme-Pads
- ☐ Informationshilfen zur Lawinensituation z.B. für die Schweiz «White Risk App»
- ☐ _____
- ☐ _____

Trekkings & Bergtouren

- ☐ Stöcke
- ☐ Trekking-/Bergschuhe
  evtl. steigeisenfest
- ☐ Helm
- ☐ Trekkingsocken
- ☐ Schneebrille
- ☐ Ersatzschnürsenkel
- ☐ Klettergurt mit 2 HMS-Karabiner und Sicherungsschlinge
- ☐ Sicherungsgerät
- ☐ Klettermaterial
  Expressschlingen, Keile/Klemmen
- ☐ Seil
- ☐ Eispickel
- ☐ Steigeisen
- ☐ Eisschraube(n)
- ☐ Notbiwaksack
- ☐ _____
- ☐ _____

Wassersport

- ☐ Boot
- ☐ Schwimmweste/Signalpfeife
- ☐ Karabiner/Reepschnur
- ☐ Spannriemen/Panzertape
- ☐ Neoprenanzug/Handschuhe/Socken
- ☐ Paddeljacke
- ☐ Wasserdichte Packsäcke
- ☐ Trockentonne
- ☐ Wasserpumpe oder Schöpfkelle
- ☐ Schwimmendes Seil
- ☐ Ersatzkleider
- ☐ Paddel/Reservepaddel
- ☐ Spritzdecke
- ☐ Wurfsack
- ☐ Signalraketen
- ☐ Messer
- ☐ Packsack (Drybag)
- ☐ _____
- ☐ _____

REISEMEDIZIN

Die richtige Ausrüstung ist wichtig. Aber auch Aspekte der Reisemedizin solltest du in deiner Planung berücksichtigen. Beratung und Fachstellen findest du hier:

Zürich
Zentrum für Reisemedizin der Universität Zürich
www.reisemedizin.uzh.ch

Bern
Impf- und Reisemedizin am Inselspital
www.infektiologie.insel.ch

Basel
Zentrum für Tropen- und Reisemedizin des Schweizerischen Tropen- und Public Health-Institutes
www.swisstph.ch

Schweizweit
www.healthytravel.ch

UNSERE SERVICES

Wir unterstützen dich gerne bei der Reisevorbereitung und auch danach mit unserem Service-Angebot.

Personal Shopping
Vereinbare bei uns einen Termin für das kostenlose Personal Shopping. Wir bieten dir eine auf deine Pläne zugeschnittene Beratung – ungestört vom sonstigen Verkaufsbetrieb.

Miete
Bei uns kannst du Ausrüstung auf Zeit mieten.

Winter
Unsere Profis machen deine Ausrüstung fit für den Schnee: Mit Services für deine Skis, dein Snowboard, dein Splitboard, einem LVS-Update oder einem Bootfitting für deine Tourenskischuhe.

Care
Nach einigen Wochen unterwegs müffelt dein Schlafsack oder deine Daunenjacke braucht eine gründliche Reinigung? Wir kümmern uns darum, reinigen und imprägnieren deine Ausrüstung professionell.

Repair
Deine Ausrüstung hat auf deinen Abenteuern Schaden genommen? Bringe dein Equipment bei uns zur Reparatur vorbei.

TRANSA.CH/SERVICES

Version Oktober 2026