



# Amazonas

# CHECKLISTE

## KLEIDUNG UND SCHUHE

- Schnell trocknende Kurz- und Langarmhemden
- Schnell trocknende und locker sitzende lange Hosen und Shorts
- Leichte Regenjacke oder Poncho
- Geschlossene, wasserabweisende Schuhe
- Sandalen
- Unterwäsche und Socken
- Badesachen und Handtuch
- Sonnenhut/Kappe

## ELEKTRONIK

- Mobiltelefon + Ladegerät
- Powerbank
- Stirnlampe/Taschenlampe
- Reiseadapter

## TOILETTENARTIKEL

- Zahnbürste und Zahnpasta
- Deodorant
- Insektenspray
- Sonnenschutzmittel mit hohem LSF
- Lippenbalsam mit LSF
- Ohrstöpsel und Schlafmaske
- Duschgel/Shampoo

## MEDIKAMENTE

- Erste-Hilfe-Set
- Blasenpflaster
- Schmerzmittel
- Tabletten gegen Durchfall
- Antihistaminika
- Handdesinfektionsmittel

## SONSTIGES

- Reisepass
- Versicherungsnachweis/-karte
- Bargeld
- Fernglas
- Tagesrucksack
- Möglicherweise ein wasserdichter Sack/Trockenbeutel
- Sonnenbrille
- Wiederverwendbare Wasserflasche