



Chalo! Reisen Packliste für unsere Indien Touren:

Kleidung

- nur das Nötigste, gute Einkaufsmöglichkeiten Vorort in Indien
- leichte und luftige Kleidung die Körper bedeckend ist, vor allem bei Frauen sollten die Schultern und Knie bedeckt sein
- Kleidung zum Wechseln aufgrund des warmen und humiden Klimas
- Kopfbedeckung (Basecap, Hut, Tuch)
- für Nordindien und klimatisierte Räume/Fahrzeuge etwas Warmes zum Überziehen. In den Wintermonaten kann es in Nordindien (Rajasthan) erstaunlich kühl werden. Im Himalaya sowieso
- Regencape, vorallem während der Monsunzeit.

Schuhe

- Latschen oder Flip-Flops bzw. Sandalen
- leichtes bequemes festes Schuhwerk lohnt sich
- Tempelsocken (Empfehlung eines Gastes 😊)

Sonstiges

- Back pack/Reiserucksack zum Reisen (60-80 l)
- Kamera, Telefon,
- Taschenmesser
- Reiseapotheke (Wasserreinigungstabletten, Pflaster/Verbandsmaterial, Breitbandantibiotikum, Entzündungshemmende Creme, Malaria Profilaxe, akute Durchfallmittel, Medikamente gegen Schmerzen, Fieber und Reiseübelkeit)
- Reisehandtuch
- Mückenschutz
- (Moskitonetz)
- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Bauchtasche
- Notizbuch
- Ohrstöpsel
- Reisepass- und Visumskopie

- Bargeld in Euro ca. 200 €
- Kreditkarte/ Geldkarte
- Ladegerät (Adapter nicht nötig)
- Powerbank (Trekkingtouren, abgelegene Regionen)
- Badekleidung (für Strand, Pool etc.)

Für die Bergregion

- funktionelle Trekkingkleidung (2-3 T-Shirts, kurze und lange Wanderhose)
- Fleece Jacke oder Pullover
- Funktionsunterwäsche
- gutes Wanderschuhwerk
- warme Jacke
- Regenponcho und Hose
- Sonnenhut
- dicke Socken, Wandersocken
- Mütze und Handschuhe
- Wanderrucksack 30-40 l
- Trinkflasche
- Wasserreinigungstabletten
- Höhenkrankheitsmedikamente
- Fettcreme

Für Fahrradreisen

- Fahrradhosen
- Fahrradtrikots
- Fahrradschuhe ggf. mit Klickpedale
- Ggf. eigenen Sattel
- Wasserflasche

Für Yoga Reisen

- Im Ashram sind helle (weiße Kleidung) gut
- Yoga Leggings
- Weite Yoga Hosen und Oberteile
- Unbedingt ein Tuch

Reiseapotheke

- Schmerzmittel
- Durchfallmittel
- Halsbonbons
- Breitbandantibiotikum
- Verbandsmaterial

Hygiene und Pflegeartikel

- Das was du so brauchst
- Binden oder Tampons, besser Moon Cup

- Toilettenpapier, feuchte Tücher
- Handdesinfektion
- Maske