

## **Kleidung**

- Lange Hose
- Shorts
- T-Shirts
- Weste
- Winddichte Jacke
- Leichter Pullover
- Fleece Pullover, Fleecejacke (Winter)
- Mütze (Winter)
- Skiunterwäsche (Winter)
- Dünne Handschuhe (Winter)
- Halstuch oder Schal
- Schlafanzug
- Unterwäsche
- Badebekleidung
- Socken, Strümpfe, ggf. Wandersocken

## **Sonnenschutz**

- Sonnenbrille
- Kappe oder Sonnenhut
- Sonnenmilch mit hohem Lichtschutzfaktor
- Lippenpflege mit Sonnenschutz

## **Schuhe**

- Flip-Flops, Badeschuhe
- Sneaker oder Turnschuhe
- Trekkingschuhe
- Knöchelhohe Schuhe für längere Wanderungen
- Sandalen

## Gepäck

- Rollkoffer, Trolley abschließbar
- Auf Safaris weiche Reisetaschen bis max. 15 kg
- Kofferranhänger (mit verdeckter Adresse)
- Tagesrucksack
- Getränkeflasche oder Thermosflasche
- Zip-Beutel für Handgepäck

## Dokumente

- Reisepass (muss bis 6 Monate nach Ausreise gültig sein)
- Kopie des Reisepasses (für den Fall des Verlustes)
- Kreditkarte
- Auslandskrankenversicherungsnachweis
- Ggf. Allergieausweis
- Führerschein national und international (nur für Selbstfahrer)
- Reiseführer
- Reiseunterlagen (Mietwagenvertrag, Hotelvoucher, Flugreservierungen)
- Visum: als E-Visum online im Voraus beantragen (<https://visa.immigration.go.tz/>) oder bei Ankunft (Visa on Arrival) zur Zeit US\$ 50
- Landkarte

## Hygieneartikel

- Shampoo, Seife
- Bodylotion
- Zahnbürste, Zahnpasta
- Hautcreme
- Nagelschere
- Damenhygieneartikel
- Haarbürste, Kamm
- Rasierer
- Taschentücher

## Reiseapotheke

- Erste-Hilfe-Set
- Tabletten gegen Fieber
- Tabletten gegen Magen-Darm-Erkrankungen
- Schmerzmittel



- Pflaster, Desinfektionsspray
- Antihistaminikum gegen Insektenstiche
- Malariaprophylaxe
- Mückenschutzspray oder -lotion für die Haut
- Persönliche Medikamente

## Sonstiges

- Sonnenbrille
- Fernglas (für Safaris)
- Dünne Fleece Decke (Winter)
- Reiseföhn
- Kamera mit SD-Karte und Akku (Ladekabel!)
- Geldgürtel
- Steckdosenadapter (für Tansania benötigen Sie einen Dreipolstecker vom Typ G oder D)
- Buch oder eBook-Reader
- Regenschirm oder Regenjacke (nur in der Regenzeit)
- Nähzeug, Sicherheitsnadeln
- Kugelschreiber
- Für längere Wanderungen: Trekkingstöcke

## Handgepäck

- Mobiltelefon mit Ladekabel
- Reisepass
- Flugtickets
- Thrombosestrümpfe
- Bargeld
- Kopfhörer
- Tablet, eBook-Reader
- Wechselwäsche und Hygieneartikel für 2-3 Tage (bei Verlust des Gepäcks)
- Hautcreme, Lippenpflege
- Gehörschutz
- Aufblasbares Kissen oder Nackenhörnchen für den Flug
- Schlafmaske
- Warme Socken, Schal gegen zu kalte Klimaanlage
- Mietwagenunterlagen, Hotelvoucher
- Powerbank

Alle Angaben ohne Gewähr.

