

## Dokumente und Finanzen

- Reisepass oder Personalausweis: Überprüfe die Gültigkeit deiner Reisedokumente
- Reiseunterlagen: Flugtickets, Hotelreservierungen, Mietwagenbestätigungen
- Geld und Kreditkarten: Ausreichend Bargeld und mindestens eine Kreditkarte
- Versicherungskarten: Krankenversicherung und Reiseversicherung

## Kleidung

- Badebekleidung: Bikinis, Badeanzüge, Badeshorts
- Sommerkleidung: Leichte T-Shirts, Tops, Shorts, Röcke, Kleider
- Unterwäsche und Socken: Ausreichend für die gesamte Reise
- Schuhe: Flip-Flops, Sandalen, bequeme Schuhe für Ausflüge
- Abendgarderobe: Leichte Jacke oder Schal für kühlere Abende
- Kopfbedeckung: Sonnenhut, Baseballcap oder Tuch
- Schwimmbrille oder Taucherbrille: Für Unterwasserabenteuer

## Sonnenschutz

- Sonnencreme: Hoher Lichtschutzfaktor (LSF) für Haut und Gesicht
- Lippenbalsam mit LSF: Zum Schutz vor Sonne und Wind
- Sonnenbrille: Mit UV-Schutz für die Augen
- After-Sun-Lotion: Zur Pflege der Haut nach dem Sonnenbad

## Strandutensilien

- Strandtücher: Gross genug zum Liegen und Abtrocknen
- Strandmatte oder Liege: Für zusätzlichen Komfort
- Strandtasche: Geräumig und wasserabweisend
- Sonnenschirm oder Strandmuschel: Für Schatten und Schutz vor der Sonne
- Wasserdichte Handyhülle: Zum Schutz vor Wasser und Sand
- Bücher oder E-Reader: Für entspannte Stunden am Strand
- Kühlbox oder -tasche: Für kalte Getränke und Snacks
- Wasserspielzeug: Luftmatratze, Schnorchelset, Schwimfflossen

## Hygiene und Gesundheit

- Reiseapotheke: Schmerzmittel, Pflaster, Mückenschutz, persönliche Medikamente
- Hygieneartikel: Zahnbürste, Zahnpasta, Shampoo, Duschgel, Rasierer
- Feuchttücher und Desinfektionsmittel: Für die schnelle Reinigung zwischendurch

## Elektronik und Unterhaltung

- Handy und Ladegerät: Für Erreichbarkeit und Fotos
- Kamera: Um die schönsten Momente festzuhalten
- Powerbank: Für zusätzlichen Akku unterwegs
- Kopfhörer: Für Musik und Hörbücher
- Reiseführer oder Apps: Informationen zu Ausflugszielen und Restaurants

## Extras

- Strandspiele: Frisbee, Ball, Strandtennisschläger
- Reiseführer oder Sprachführer: Für lokale Tipps und einfache Kommunikation
- Kleine Snacks: Müsliriegel, Nüsse, Obst für den kleinen Hunger