

# Deine Skiurlaub Packliste

## Papiere und Sonstiges:

- Bargeld
- Bankkarte, Kreditkarte
- Notfallnummern
- Personalausweis oder Pass
- Versicherungsausweis
- Evtl. Führerschein
- Reisedokumente (z.B. Hotelbestätigung)
- Reiseversicherung
- Handy & Ladekabel
- Optional:**
  - Alpenverein- oder Naturfreunde-Ausweis
  - Visum
  - Reiseführer, Skitourenführer
  - Auslandswährung (falls außerhalb der Euro-Zone)

## Bekleidung:

- Für einen Skitag**
  - Thermo-/ Funktionsunterwäsche
  - Ski-Socken
  - wasserfeste Handschuhe, Fäustlinge
  - Ski-Hose & Ski-Jacke
  - Buff / Funktionstuch / Schal
  - Dünne Haube oder Stirnband (unter Helm).
  - Evtl. Sturmhaube (wenn es sehr kalt ist)
  - Winterschuhe
  - Schal
  - Rucksack
  - Thermo-Leggings
  - Handy und Ladekabel

- Für die Freizeit / abends im Hotel oder in der Wohnung**
  - Unterwäsche & Socken
  - T-Shirts, Hosen & Pullover
  - Fleecejacke / Softshelljacke
  - Winterjacke & Winterschuhe/stiefel
  - Hausschuhe
  - Pyjama
  - Schal, Handschuhe, Stirnband oder Mütze
  - Evtl. elegantere Abendkleidung
  - Evtl. Badeanzug / Bikini / Badehose, Flip-Flops sowie Bademantel (falls dein Hotel einen Spa-Bereich hat)
  - Evtl. Sportkleidung: Turnschuhe, Funktionsshirt und Hose (falls dein Hotel ein Fitnesscenter hat)

### **Ausrüstung:**

- Ski oder Snowboard (inkl. Bindungen)
- Ski-Stöcke
- Skibrille und Sonnenbrille
- Ski-Helm
- Ski-Schuhe
- Wasserfester (Ski-)Rucksack
- Ideal: GPS-Uhr
- Stirnlampe inkl. Ersatzbatterien
- Evtl. Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS)
- Evtl. Schaufel und Lawinensonde
- Evtl. kleines Ski-Wachs-Set
- Evtl. Dachbox für Ski (wenn Anreise mit Auto)
- Für den Alltag**
  - Kamera, Speicherkarten und Aufladegerät
  - Powerbank
  - Evtl. Laptop und Aufladegerät
  - Evtl. Action-Camcorder (Go Pro)
  - Evtl. Bücher und Zeitschriften
  - Evtl. Musikkonsole / Lautsprecher

## **Verpflegung – gestärkt durch den Tag:**

- Wasserflasche mit ausreichend Flüssigkeit
- evtl. Thermoflasche mit heißen Getränken (am besten Tee, alternativ Kaffee)
- evtl. Kleine Proviantdose mit kleinen pikanten Snacks (Brot etc...)
- Für den schnellen Energiekick: Riegel, Schokolade, Traubenzucker, Nüsse, Obst
- kleine Müllbeutel zum Mitnehmen

## **Gesundheit und Hygiene**

- Persönliche Medikamente
- Schmerz- und Fiebermittel
- Kleines Erste-Hilfe-Set (inkl. Wund- und Blasenpflaster)
- Sonnencreme für Gesicht
- Lippenbalsam mit Sonnenschutz
- Taschentücher
- Persönliche Hygieneartikel
- Optional:**
  - Allergietabletten
  - Durchfall-, Verstopfung-, Magenmittel
  - Nasenspray
  - Augentropfen