

# Basispaklijst wandelvakantie

## Rugzak

30-40 liter voor hoteltocht,  
50-75 liter voor tententrektocht

## Kleding

Bergschoenen of wandelschoenen  
Gymschoenen of lichte trekkingschoenen  
Softshell of fleecest  
T-shirt kort (ademend en sneldrogend)  
T-shirt en/of blouse met lange mouwen  
(ademend en sneldrogend)  
Trekkingbroek (afritsbare pijpen)  
Korte broek  
Ondergoed en bh  
Sokken  
Zwemkleding  
Ademende regenjas  
Regenbroek  
Reserve veters  
Gamaschen  
Buff, pet en/of muts  
Handschoenen

## Tent

Lichtgewicht tentje  
Stokken  
Haringen  
Scheerlijnen  
Grondzeiltje  
Hamer  
Reserveonderdelen voor de tent

## In de tent

Lakenzak  
Kussensloop  
Slaapzak  
Self-inflatable slaapmat  
Reparatieset selfinflatable slaapmat  
Koplampje

Set droge kleding (T-shirt en lange broek)

## **In het hotel/ B&B**

Set droge kleding

Sloffes, sandalen of lage schoenen

## **Onderweg**

Energierepen en/of Koeken

Isotone drank

Broodbeleg

Boc 'n Roll

Dropjes/zoutjes (aanvulling zouten)

Gedroogd fruit

Noten/ studentenhaver

## **Koken**

Brander

Brandsstof

Windschermpje

Pannen

Pannengreep

Bord

Bestek

Roerlepel (hout)

Wasmiddel (biologisch afbreekbaar)

Schuursponsje

Theedoek

## **Oriëntatie en veiligheid**

Kompas

Kaart en/of wandelgidsen

Horloge met hoogtemeter

Waterdichte kaartentas

GPS (altijd naast een kaart!)

Fluitje en spiegeltje voor noodsignalen

## **Toiletartikelen**

Zonnebrand factor 30 of 50

Aftersun

Lippenbalsem

Vaseline, Purol of andere vette crème

Vloeibare zeep en shampoo

Tandenborstel

Tandpasta

Tandflos

Handgel (alcohol)

Lenzenvloeistof

Reserve contactlenzen

Voetencreme

Nagelschaartje- of knipper

Tampons en/of inlegkruisjes

Washand

Handdoek (sneldrogend en lichtgewicht)

Deodorant

Toiletpapier

Kam en/of borstel

Scheergerei

Papieren zakdoekjes

## **EHBO**

EHBO-set met zwachtels en snelverband

Koortsthermometer

Tekentang/tekenpen/tekenpincet

Blarenpleisters

Naald om blaren door te prikken

Medicijnen

Betadine of ander ontsmettingsmiddel

Muggenrepellent

Sporttape (overall goed voor)

ORS of ander middel tegen uitdroging

Veiligheidsspelden

Reddingsdeken

## **Diversen**

Zonnebril, 100% UV-werend

Telescoopstokken

Regenhoes voor de rugzak

Reservebatterijen koplamp

Reservebatterijen GPS

Reservebatterijen camera

Digitale camera

Cameratas  
Oplaadstation camera batterijen  
Extra camera geheugenkaart  
Zitlap  
Drinkfles of Camelbag  
Lunchtrommel  
Zakmes  
Notitieboekje  
Pen of potloodje  
Taalgidsje  
Mobiele telefoon  
Oplader mobiele telefoon  
Lucifers of aansteker  
Waterdichte zakken of plastic zakken  
Documententasje  
Reserve gespen voor rugzak  
Onderhoudsmiddelen bergschoenen  
Waterzuivering / waterfles filter Grayl  
Boek (dwarsligger)  
Spelletjes (app)  
Vogel-gids of app  
Bloemen-gids of app  
Verrekijker  
Waslijntje en/of knijpers  
Naald en draad  
Oortjes (muziek)  
Touw of spanbandjes  
Boodschappennetjes 'Eco Bali'  
Oordopjes / pluggen (tegen snurkers)  
Tie-wraps (voor noodreparaties)  
Lichtgewicht powerbank

## Heen- en terugreis

Treinticket (treinreis)  
Vliegtickers (vliegreis)  
Tolvignet (autoreis)  
Bewijs ziektekostenverzekering  
Reis verzekeringen  
Vaccinatiekaart  
Medisch paspoort  
Wegenkaarten  
Navigatie systeem auto

## Documenten/ geld

Paspoort (controleren op geldigheid!)  
Rijbewijs  
Kopie paspoort en rijbewijs  
Visum  
Voldoende contant geld  
Medicijnenpaspoort  
Bankpas  
Creditcard