

# Packliste

## Jakobsweg - Single mit Kind

### Kleidung & Co.

- Rucksack (55 Liter ideal für 2 Personen)
- Regenschutz für Rucksack
- Schlafsack (für 2 Personen)
- 2 Trekkinghosen oder Leggings
- 2 T-Shirts (Funktionsstoff/MerinoWolle)
- 1 Longsleeve (Funktionsstoff/MerinoWolle)
- 2-3 Paar Socken
- 3-4 Slips
- 2 Sport-BHs
- Trekking-/Wanderschuhe
- Fleecepulli/-jacke
- Flipflops/Badelatschen/Crocs
- Regenjacke oder Poncho
- Reisehandtuch (schnelltrocknend)
- Kopfbedeckung (für das Kind mit Nackenschutz)
- \* Isomatte
- \* Badeanzug/-hose oder Bikini
- \* Turnschuhe/Wandersandalen
- \* Trägertop/Rock/Kleid

### Hygiene & Gesundheit

- Kleinen Kulturbeutel
- Kleine Tube Duschgel oder ein Stück Hartseife
- Haar-Shampoo und Spülung (kleine Päckchen)
- Einmal-/Reiserasierer
- Zahnbürste und -pasta
- Haargummis
- Pflaster (wasserfest) + Blasenpflaster
- selbstklebende Bandage (bei Verstauchungen)
- Nagelschere und Pinzette (Zecken)
- Tampons/Binden oder Menstruationstasse
- Deoroller
- Hirschtalgcreme (für die Füße oder reibende Schenkel)
- Kamm oder Bürste
- 2 Packungen Taschentücher
- 1 Packung Feuchttücher oder feuchte Waschlappen (fürs Kind)
- Sonnencreme (LSF 50+ für Eltern und Kind)
- Tabletten gegen Fieber, Schmerzen & Durchfall
- Desinfektionsspray (zur Wundbehandlung)
- \* Magnesium (Sticks/Granulat zur Muskelentlastung)
- \* Betaisodona Wund-Gel
- \* Voltaren-Gel
- \* Ohrenstäbchen
- \* Zahnseide

### Technische Ausrüstung

- Handy inkl. Ladekabel
- Mp3-Player inkl. Kopfhörer
- \* Powerbank
- \* (Bluetooth) Lautsprecher
- \* Kamera inkl. Ladekabel
- \* Stativ oder Selfie-Stick
- \* USB-Mehrfachladeadapter
- \* Kindle oder iPad inkl. Ladekabel
- \* Taschenlampe

### Geld & Papiere

- Pilgerausweis
- Reisepass Elternteil und Kind
- kleines Portemonnaie (Bargeld)
- Bank- und Visa-Karten
- Flugtickets und sonstige Buchungsbestätigungen
- Notfall-Daten auf einem Zettel  
(Adresse und Telefonnummer Notfallkontakt, Heimatadresse, Sozialversicherungsnummer Eltern und Kind, Blutgruppen, etc.)
- Zettel mit den nötigsten Spanisch-Vokabeln
- Kontaktdaten Freunde und Verwandte (für Postkarten)

### Sonstiges

- Pilgerführer
- Tagebuch/Notizblock und Stift
- Jakobsmuschel/Anstecknadel
- Taschenmesser
- Ohrstöpsel
- Sonnenbrille/Brille/(Tages-)Kontaktlinsen
- Trinkflasche (1 x 1 Liter oder 2 x 0,5 Liter)
- Packsäcke und Zipp-Taschen (zur besseren Organisation)
- Plastiktüte für Schmutzwäsche (wasserfest bei Badesachen)
- spanische SIM-Card (ggf. vor Ort kaufen)
- \* Notfallsender
- \* Security-Schnur oder Lauf-/Schutzgurt für Kinder  
(zur Absicherung des Kindes bei steilen/rutschigen Strecken)
- \* Zelt/Hängematte
- \* Wäscheleine und -klammern
- \* Reisekissen/Sitzkissen
- \* Tupperdose
- \* Erste-Hilfe-Set
- \* Windeln

**Anmerkung:** die mit Sternchen gekennzeichneten Packstücke sind optional