

Checkliste für Spanien

Reisedokumente

- Reisepass (6+ Monate gültig)
- Auslandskrankenversicherung
- Notfallkontakte
- Buchungsbestätigungen
- Krankenversicherungskarte
- Kopien aller Dokumente
- Führerschein (für Mietwagen)
- Bargeld (Euro)

Elektronik

- Smartphone mit eSIM (Holafly)
- Kamera (optional)
- Powerbank (10.000+ mAh)
- Ladekabel
- Mehrfachsteckdose

Impfungen (Optional)

- Tetanus
- Masern-Mumps-Röteln (MMR)
- Hepatitis A (bei längerem Aufenthalt)
- FSME (bei Wanderungen in Nordspanien)



Checkliste für Spanien

Kleidung - Männlich

- T-Shirts/Poloshirts (5-7 Stück)
- Shorts (2-3 Stück)
- Lange Hose/Jeans (1-2 Stück)
- Badehose/Badeshorts (2 Stück)
- Unterwäsche (7-10 Stück)
- Socken (5-7 Paar)
- Leichte Jacke oder Fleece
- Hemd/langärmeliges Shirt für Restaurants
- Kopfbedeckung (Cap, Hut)

Kleidung - Weiblich

- T-Shirts/Tops/Blusen (5-7 Stück)
- Shorts/Röcke (2-3 Stück)
- Lange Hose/Jeans (1-2 Stück)
- Kleid/Kleider (1-2 Stück)
- Bikini/Badeanzug (2 Stück)
- Unterwäsche (7-10 Stück)
- Socken (5-7 Paar)
- Leichte Jacke oder Cardigan
- Outfit für Restaurantbesuche
- Kopfbedeckung (Cap, Hut)

Schuhe

- Bequeme Laufschuhe/Sneaker
- Flip-Flops/Badeschlappen
- Wanderschuhe (bei Bergtouren)
- Elegantere Schuhe für Restaurants (optional)

Checkliste für Spanien

Erste Hilfe

- Persönliche Medikamente
- Ibuprofen, Paracetamol
- Durchfallmedikamente
- Blasenpflaster (Wandern!)
- Wund- und Heilsalbe
- Mückenspray
- Mittel gegen Übelkeit
- Pflaster / Verband
- Sonnencreme (LSF 30-50)

Hygieneartikel

- Zahnbürste & Zahnpasta
- Feuchttücher (für unterwegs)
- Shampoo/Duschgel
- Lippenbalsam mit UV-Schutz
- Rasierer + Klingen
- Gesichtscreme
- Händedesinfektionsmittel
- Kontaktlinsen + Zubehör
- Haarbürste
- Deo
- Föhn (falls Hotel keinen hat)



Spanien

Verbotene Gegenstände

Nicht mitbringen

- Illegale Drogen/Substanzen
- Gefälschte Markenprodukte
- Fleisch- und Milchprodukte (aus Nicht-EU-Ländern)
- Frisches Obst/Gemüse (aus Nicht-EU-Ländern)
- Drohnen über 250 g ohne Genehmigung
- Geschützte Pflanzen ohne Genehmigung
- Medizinisches Cannabis (auch mit Rezept problematisch)

