

# Checkliste für Spanien

## Reisedokumente

- ☐ Reisepass (6+ Monate gültig)
- ☐ Auslandsrankenversicherung
- ☐ 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/langärmliges 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)

Holafly



# 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)

