

Dokumente:

Reisepass
Flugtickets
Krankenversicherung
Nachweis über die Gelbfieberimpfung
Medikamente zur Malariaphylaxe

Kleidung und Schuhe:

Stiefel/Sneaker, 2 Paar
Fleeceanzug oder ein vergleichbar warmes Set
Bandana oder Buff
Hut/Kappe als Sonnenschutz
Hemden/Shirts mit langen Ärmeln
Leichte Trekkinghosen
Shorts
T-Shirts

Verschiedenes:

Powerbank
Sonnenbrille
Regenjacke
Sonnenspray SPF 50
Lippenpflege SPF 10-15
Persönliche Reiseapotheke
Hygieneartikel, Feuchttücher, Sandalen
Insektenschutzmittel
Malariamedikamente
Badesachen
Moskitonetz für das Bett