

Dokumente:

Reisepass
Flugtickets
Krankenversicherung
Impfbescheinigung gegen Gelbfieber
Medikamente zur Malariaphylaxe

Kleidung und Schuhe:

Wanderschuhe/Sneaker, 2 Paar
Fleeceanzug oder ein ähnliches Set warmer Kleidung
Bandana oder Buff
Hut/Kappe als Sonnenschutz
Hemden/T-Shirts mit langen Ärmeln
Leichte Trekkinghosen
Shorts
T-Shirts

Verschiedenes:

Powerbank
Sonnenbrille
Regenjacke
Sonnencreme SPF 50
Lippenpflege SPF 10-15
Persönliche Reiseapotheke
Hygieneartikel, Feuchttücher, Flip-Flops
Insektenschutzmittel
Malariamedikamente
Badesachen
Moskitonetz fürs Bett