

Dokumente:

Reisepass
Flugtickets
Krankenversicherung
Nachweis über die Gelbfieberimpfung
Medikamente zur Malariaphylaxe

Kleidung und Schuhe:

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

Verschiedenes:

Powerbank
Sonnenbrille
Regenponcho
Sonnencreme SPF 50
Lippenbalsam SPF 10-15
Persönliche Reiseapotheke
Hygieneartikel, Feuchttücher, Sandalen
Insektenschutzmittel
Malariamedikamente
Badesachen
Moskitonetz fürs Bett