

Paklijst tropen

Voor 3-4 weken, één keer wassen, alleen handbagage. Deze lijst was de inhoud van mijn rugzakje op reis door de Dominicaanse Republiek met enige verbeteringen.

- 35 liter rugzak + beschermhoes
- Heuptas + draagband
- Minirugzakje (voor dagtochten)
- Fleece vest, fleece trui
- 1 technisch overhemd
- 2 technische afrits broeken + riemen
- 5 paar sokken
- 5 onderbroeken
- 5 T-shirts, overhemd
- EHBO kitje
- Klamboe 2 personen + haakjes
- Fototoestel + geheugen + batterijen + lader + USB kabel + kaartlezer + mini-statiefje
- Wereldstekker
- Duikbrilletje
- Waterfilter (MSR Waterworks) + onderhoudssetje
- 2 Waterflessen (1 + 0,6 liter) + waterfleshouders
- Zwembroek
- Sporthanddoekje
- Shampoo (50 ml) + 1 of 2 kleine zeepjes
- Tandborstel, tandpasta (25 ml), flos
- Scheermesjes + houder
- Kam
- Wattenstokjes
- Deet (spray)
- Led hoofdlamp, batterijen
- Zonnebrandcreme (factor 12/20), lippenbalsem
- Leesboek, reisgids
- Paspoort, visa, tickets, inentingsboekje
- Geld (dollars), pinpas, creditcard, E.dentifier
- Visitekaartjes
- Ziektekostenkaart, papieren reisverzekering
- Schrijfblokje + pen + potlood
- Yahtzee, kaartspel
- Wandelschoenen, vet
- Hoed of pet
- Slippers
- Wekkertje (eventueel GSM)
- Oortelefoontje (voor in het vliegtuig)
- Oordopjes
- 2 Hangslotjes + (reserve)sleuteltjes
- Touwtje (waslijn), elastiekjes
- WC papier
- Paraplu en/of poncho
- Klein kompasje
- Wasmiddel, zak voor vuile was
- Veerunster (weeghaak)

Inhoud EHBO kitje

- Handleiding
- 1 snelverband no 2 (18 x 18 cm)
- 3 snelverbanden no 3 (12 x 12 cm)
- 2 wondpleisters (standaard 10 x 6 cm)
- 3 alcohol swabs
- Fixatiewindsel (4 m x 6 cm)
- Jodium (10 ml)
- Leukopor (1,25 cm x 5 m)
- 2 gaaskompressen (zestientje)
- 4 wondkompressen (8,5 x 5 cm)
- 1 gaaskompres (5 x 5 cm)
- 1 zalfkompres (7,5 x 10 cm)
- Reddingsdeken
- Loperamidehydrochloride (10 x 2 mg)
- Paracetamol (10 x 500 mg)
- Lorazepam (5 x 1 mg)
- Vitamine C (10 x 1000 mg; anti-histamine)
- Arnicazalf

Van te voren regelen

- Visa
- Vreemd geld (dollars)
- Opzoeken wisselkoers
- Vegetarisch maaltijden in het vliegtuig
- Gunstige plekken bepalen op seatguru.com
- Vervoer vanaf de luchthaven
- Telefoonnummer herbevestiging
- E-mail herinnering herbevestiging
- E-mail herinnering verlengen bibliotheekboeken
- Bedrag en valuta vertrekbelasting

Paardrijden

- Chaps
- Hoed
- Hoevenkrabber, harde borstel
- Paardrijbroek met riem
- Zakmes
- GPS + batterijen
- Naald, garen, schaar
- Ruiterbewijs

---000---