

## **Allgemein**

Je weniger Du mitnimmst, desto weniger Chaos hast Du in Deiner Kabine.

Bedenke, dass der Platz auf dem Boot sehr begrenzt ist, ein Satz Ausgekleidung reicht völlig.

Seesack oder zusammenfaltbare Tasche oder Rucksack, keine Hartschalenkoffer  
Schlafsack oder Bettzeug

Ein Handtuch (Süßwasser) Ein Bade- /Strandlaken (Salzwasser)

## **Dokumente**

Personalausweis oder Reisepass (noch gültig?) Visum (falls nötig)

Auslandsrankenversicherung (frage bei deiner Krankenkasse nach, ob du eine brauchst) Führerschein (um ggf. an Land Roller oder Auto leihen zu können)  
Segelscheine (falls vorhanden) Seemeilenbuch (falls vorhanden) Geld für den persönlichen Bedarf

Papier-Kopie des Reisepasses (falls mal das Original verloren geht oder wenn man an Land in die Stadt gehen will)

## **Kleidung**

Kurze Hose

Fleecejacke oder Pulli (für die Fahrt) Schuhe für Landgänge

Flip Flops / Sandalen Socken

T-Shirts Unterwäsche

Badeanzug, Bikini oder Badehose Schlafklamotten

Kopfbedeckung gegen die Sonne (Hüte oder Kappen mit Kordel)

auch lange leichte Kleidung als Sonnenschutz für die Beine

Feste Schuhe für die Vulkan-Ausflüge

Segeljacke (in der Wärme reicht eine leichte Regenjacke) Segelhose (hab ich im Mittelmeer noch nie gebraucht) Robuste Hose (Jeans)

Bootsschuhe (geschlossen, wenn möglich helle Sohle, salzwasserfest, schnell trocknend, leicht und luftig, mittlerweile sind auch die meisten dunkleren Sohlen Segelhandschuhe (oder Fahrradhandschuhe mit halben Fingern oder Arbeitshandschuhe mit abgeschnittenen Fingerspitzen)

Badeschuhe mit dicker Sohle (gegen Seeigel) oder Sandalen, die auch Salzwasser vertragen

## **Und immer schön sauber bleiben**

Sonnencreme (kein Sonnenöl - macht das Deck rutschig) bitte biologisch abbaubar  
Feuchtigkeitscreme / Labello

Duschgel und Shampoo (biologisch abbaubar)

Waschtasche mit allen weiteren persönlichen Toilettenartikeln Waschmittel (biologisch abbaubar)

Mückenschutz (möglichst ohne Diethyltoluamid)

Zahnbürste und Zahnpasta nach Möglichkeit umweltschonend"

### **Für Auge und Ohr**

Sonnenbrille (am besten mit Polfiltergläsern gegen die Reflektionen auf dem Wasser)

Kamera mit ausreichend Speicherkarten und Akkus

Musik (Smartphone, MP3-Player - AUX oder USB-Anschluss)

Stirnlampe oder Taschenlampe

Ohrstöpsel (für die Nacht oder den Schlaf während der Fahrt) Brillenband (selber basteln)

Smartphone

USB-Ladekabel (USB-Anschlüsse sind an Bord)

### **Für den Spaß**

Flossen, Schnorchel, Taucherbrille (für Fliegende mit Handgepäck ist auch immer was an Bord)

aufblasbares Standup-Paddleboard nach Möglichkeit mit Paddel Gesellschafts-/Kartenspiele

Für's Seelensegeln Notizblock, Malblock Meditationsmusik

Leichte Lektüre (die entspannte Stimmung und Wellen erschweren das Lesen von komplizierten Texten)

### **Sonst noch wichtig**

Medizin (Reisetabletten und ggf. gegen Durchfall, Erkältung, Grippe, etc.)

Impfschutzempfehlungen des Auswärtigen Amtes für das jeweilige Land beachten  
Wet-Bag (ein wasserdichter Sack, wenn du z.B. mit deiner Fotokamera zum Strand schwimmen möchtest)

Segelmesser oder anderes kleines, klappbares Taschenmesser Kleiner Rucksack für Landausflüge

Für die Angler unter euch: Angel mit kräftiger Leine und großem Haken Saughaken (zum Aufhängen von diversen Sachen in der Kaiüte) Brillenband

Schreibutensilien

### **Tipps für andere Törns, beim Seelensegeln sind diese Dinge am Bord**

Küchenrolle

Müllbeutel

Spülbürste

Spüllappen

Geschirrtücher

Wäscheklammern aus Holz

Klarsichtfolie

Zauberstab

großer Espressoher (der kleine, der idR. an Bord ist, reicht nicht.

Kopfkissen

Bettwäsche, weitere warme Decken oder Schlafsack

Reiseadapter

Stromverlängerung mit Mehrfachsteckdose

Ikea-Tüte, Stoffbeutel, Gemüseetze (zur Minimierung von Plastikmüll, denn sie sind wiederverwendbar und wir können auf Einwegtüten beim Törneinkauf verzichten)