

# Packliste Peru - zum Abhaken und Ausdrucken

Zuerst möchte ich ein paar wichtige Tipps für das Packen an sich geben:

- Das Motto ist "So viel wie nötig und so wenig wie möglich".
- überlege dir, was du auch vor Ort kaufen kannst
- Klamotten: packe dir Klamotten für 6-7 Tage ein, egal wie lange der Aufenthalt ist. Kleidung kann auch unterwegs gewaschen werden.
- Verwende gut kombinierbare Kleidungsstücke. So benötigst du insgesamt weniger.
- Ich kann ein Mikrofaser-Handtuch empfehlen. Es trocknet schneller und ist platzsparend.
- Packwürfel und Kompressionsbeutel erleichtern das Packen.

In der folgenden Packliste für Peru zum Abhaken findest du alles, was für eine Reise dort benötigt wird. Somit bist du perfekt für den Backpacking Abenteuer in Peru vorbereitet.

## Peru Packliste - Geld, Finanzen und Sicherheit

Unterwegs bist du immer darauf angewiesen, Geld abheben zu können. Vor allem auch die sichere Verwahrung von Bargeld, Dokumenten und Kreditkarten ist wichtig, um so vor Taschendieben geschützt zu sein. Ein eigenes Behältnis für Geld etc. ist also extrem wichtig für eine Reise durch Peru.

Um auch in Hostels gegen Diebstahl gewappnet zu sein, kann ich einen mobilen Reisesafe oder auch ein Zahlenschloss für das Hostelfach empfehlen.

- Bargeld in der Landeswährung ODER
- Dollarnoten
- 2 Kreditkarten (DKB, Santander)
- EC-Karte

- TAN-Listen und TAN-Generator für Online Banking
- Brustbeutel mit RFID-Blocker ([mein Favorit\\*](#))
- Bauch-/Gürteltasche mit RFID-Blocker ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Telefonnummer der Bank für den Notfall
- Reisesafe für unterwegs ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Zahlenschloss für das Hostelfach ([Bestseller bei Amazon\\*](#))

## **Packliste Peru - wichtige Dokumente und Unterlagen**

Von den wichtigsten Dokumenten sollte am besten eine Kopie angefertigt werden. Eine andere Möglichkeit ist, alle Unterlagen zu scannen und in der Dropbox oder auf einen USB-Stick zu speichern. Ich würde außerdem empfehlen, unterwegs den Reisepass im Hotelsafe oder Pacsafe zu lassen und nur eine Kopie dabei zu haben.

- Reisepass und Personalausweis
- Flugticket, Bahnticket
- Impfausweis
- Nachweis Auslandskrankenversicherung, Krankenversichertenkarte
- Visum, falls erforderlich
- Internationaler Führerschein, Internationaler Studentenausweis
- wasserdichte Dokumentenhülle ([siehe Übersicht bei Amazon\\*](#))
- Hotel-/Hostelreservierungen
- Adresslisten

# Peru Packliste - Rucksack, Taschen und Organisation

Der Rucksack ist dein wichtigster Begleiter in Peru. Ein Backpacking-Rucksack ist einfach praktisch, da du in Südamerika auch mal zu Fuß unterwegs bist und auch öffentliche Busse nutzen wirst. Wenn man ohne Camping-Ausrüstung unterwegs ist, dann wird der Rucksack meist ein Packvolumen von 50-60 Litern haben. Beim Rucksack sollte kein Geld gespart werden. Hier ist es sinnvoll, sich bei Globetrotter gut beraten zu lassen. Ein sehr beliebter Backpacking-Rucksack ist zum Beispiel der Osprey Farpoint (40, 55 oder 70 l).

Der Tragekomfort ist beim Rucksack besonders wichtig. Sofern auch Mehrtages-Trekkingtouren geplant sind, so wäre ein Wanderrucksack die richtige Alternative. Weitere Tipps zum Rucksack gibt es im Artikel [Dein Backpacking Rucksack](#).

Zum Packen würde ich auch Zip-Beutel und den Grid-It-Organizer für die bessere Organisation empfehlen.

- Trekking-/Backpacking-Rucksack (z.B. der [Osprey Farpoint\\*](#))
- Tages-Rucksack ([Angebote auf Amazon\\*](#))
- Grid-It-Organizer ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Packwürfel ([ansehen bei Amazon\\*](#))
- [Kompressionsbeutel\\*](#)
- Zip-Beutel für das Handgepäck ([mein Favorit\\*](#))

## Reiseapotheke für Peru

Bei einem Aufenthalt über mehrere Wochen oder gar Monate brauchst du auch das eine oder andere Medikament unterwegs. Aufgrund der ungewohnten Küche sind zum Beispiel Durchfall- und Magenerkrankungen für Backpacker aus Europa in Peru keine Seltenheit. Bei Trekking-Touren können Blasen an den Füßen auftreten und gerade im Amazonas-Gebiet ist Insektenschutz wichtig.

Das Thema Vorsorge und Gesundheit sollte für Peru also nicht ganz außen vor gelassen werden. Einige Dinge wie zum Beispiel das Desinfektionsspray können auch unterwegs gekauft werden.

- persönliche Medikamente
- Kopfschmerztabletten, z.B. Aspirin
- Fiebertabletten
- Medikament gegen Durchfall (z.B. [Elektrolytpulver\\*](#))
- Desinfektionsspray
- Heil- und Wundsalbe (z.B. [Bepanthen\\*](#)) für Entzündungen bzw. Schwellungen
- [Pflaster\\*](#), [Blasenpflaster\\*](#), Verbände, Schere, Pinzette
- Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Mückenschutz (z.B. [Mückenspray in Reisegröße\\*](#) oder ein Moskitonetz)
- Stichheiler ([bei Amazon ansehen\\*](#))
- Malaria Tabletten (z.B. Malarone)

## Packliste Peru - die Kleidung

Bei Kleidung ist es ausreichend, einen Satz für 6-7 Tage dabei zu haben. Unterwegs gibt es immer Wäschereien, wo du alles waschen lassen kannst ("lavanderias"). Wenn du dich nicht gerade die ganze Zeit im Amazonas-Regenwald oder in der Atacamawüste aufhältst, dann wären vor allem ein Fleece-Pullover bzw. eine Softshell-Jacke wichtig.

- Unterwäsche (5-7x)
- kurze Socken (3-4x)
- Wandersocken (1x) ([auf Amazon ansehen\\*](#))

- atmungsaktive T-Shirts ([für Sie\\*](#), [für Ihn\\*](#)) oder Outdoorhemd (2x)
- 4-5 normale T-Shirts
- Trekkinghose ([für Sie\\*](#), [für Ihn\\*](#))
- Regenjacke
- Fleecejacke ([bei Amazon ansehen\\*](#)), Softshelljacke
- 1 Hemd
- Mütze & Handschuhe
- ♀ Strickjacke oder ♂ [Longsleeve\\*](#)
- 1 Jeans
- Gürtel ([Auswahl bei Amazon\\*](#))
- 2x kurze Hosen
- Badesachen
- Schlafanzug, Pyjama
- Basecap, Sonnenhut
- Sonnenbrille ([Auswahl ansehen\\*](#))

## **Peru Packliste - Schuhe**

Gerade in Südamerika würde ich auf jeden Fall empfehlen, ein Paar Wanderschuhe dabei zu haben. Die Sohle sollte robust sein und der Schaft muss über die Knöchel reichen, damit beim Laufen eine große Stabilität gewährleistet ist.

- 1 Paar Wanderschuhe
- 1 Paar Alltagsschuhe

- Flip-Flops oder Badelatschen (1x) ([Auswahl auf Amazon ansehen\\*](#))
- Sneakers, Alltagsschuhe

## Packliste Peru - Hygiene und Körperpflege

Zum nötigsten zählen auch einige Hygiene-Artikel. Natürlich können diese teilweise auch vor Ort besorgt werden. Die folgende Liste soll nur eine Anregung sein, viele kommen sicherlich auch mit weniger aus. Für die Organisation der Sachen kann ich eine (aufhängbare) Kulturtasche empfehlen.

- (aufhängbare) Kulturtasche ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- ♀ Haarbürste / Kamm
- ♀ Haargummi
- ♂ Kamm
- Zahnbürste und Zahncreme
- Deo (Reisegröße) ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Ohrenstäbchen
- Taschentücher
- Rasierer (für [Sie\\*](#), für [Ihn\\*](#))
- ♀ Labello / Lippenbalsam
- ♀ Handcreme
- Sonnencreme (Reisegröße) ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Waschmittel
- Verhütungsmittel
- ♀ Schminkutensilien

- Nagelschere, Pinzette
- Reisehandtuch (Mikrofaser, schnell trocknend) ([auf Amazon ansehen\\*](#))

## Packliste Peru - Technische Ausrüstung

Natürlich möchtest du auch Fotos auf deiner Reise machen. Eine Digitalkamera und das dazugehörige Ladegerät wären also das Mindeste. Hinzu kommen noch SD-Karten, USB-Sticks, Musik usw. Ein universaler Reiseadapter kann unterwegs manches Problem lösen.

- Digitalkamera mit Ladegerät und [SD-Karte\\*](#)
- Hülle für Digitalkamera, wasserdicht oder normal ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- evt. Laptop
- externe Festplatte ([Auswahl ansehen\\*](#))
- Ebook Reader ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- USB Ladekabel, USB Ladegerät
- Reiseadapter ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Smartphone mit Ladegerät
- Hülle für Smartphone
- Kopfhörer ([bei Amazon ansehen\\*](#))
- Navigationsgerät, GPS ([Auswahl ansehen\\*](#))
- Powerbank zum Aufladen für unterwegs ([auf Amazon ansehen\\*](#))

## Peru Packliste - Sonstiges

Auch ein aufblasbares Kopfkissen oder ein paar Oroprex können unterwegs hilfreich sein. Auch das Reisetagebuch sollte man nicht vergessen, um Eindrücke und Erlebnisse aufzuschreiben. Ich kann auch den Hüttenschlafsack von Maraboha wirklich empfehlen. Er ist sehr bequem, federleicht und außerdem platzsparend. Bei unsauberer Bettwäsche oder Kälte ist er äußerst praktisch.

- aufblasbares Kopfkissen ([bei Amazon ansehen\\*](#))
- Ohrstöpsel gegen Schnarcher ([Angebot bei Amazon\\*](#))
- Hüttenschlafsack von Maraboha ([bei Amazon ansehen\\*](#))
- Peru Reiseführer
- Moskitonetz
- Schlafbrille ([Angebot bei Amazon\\*](#))
- Schweizer Taschenmesser ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Wäscheleine ([auf Amazon ansehen\\*](#))
- Stirnlampe ([Auswahl auf Amazon\\*](#))
- ein Reisetagebuch für die Notizen unterwegs ([auf Amazon ansehen\\*](#))