

# CHECKLISTE TAUCHEN

NAME:

- Atemregler
- Flasche
- INT-DIN Adapter
- Computer
- Blei
- Weste
- Lampe
- Riffhacken
- GoPro + Zubehör
- Blinki
- Boje
- Tauchmesser
- Buddyline

**TAUCHEQUIPMENT**

- Maske
- Flossen
- Schnorchel

**ABC - MATERIAL**

- Füßlinge
- Neopren 7mm
- Neopren 5mm
- Neopren 3mm
- Shorty
- Kopfhaube
- Strümpfe
- Handschuhe

**NEOPREN**

- Handtuch
- Logbuch
- Tauchschein
- Attest
- Reparaturwerkzeug
- Wasser

**DIVERS**

# CHECKLISTE ESSEN NAME:

- Gemüse
- Obst
- Fleisch
- Grillfleisch
- Gehacktes
- Kartoffeln
- Nudeln
- Reis
- Oliven/Pickles
- Salat

## MITTAGS/ABENDS

- Wasser
- Cola
- Milch
- Schocki
- Tee
- Kaffee
- Saft
- Smoothies
- Bier
- Wein

## GETRÄNKE

- Brot
- Müsli
- Eier
- Käse
- Marmelade
- Nutella
- Honig
- Schinken
- Salami

## FRÜHSTÜCK

- Butter
- Olivenöl
- Essig
- Pfeffer
- Salz
- Paprika
- Knoblauch
- Zwiebeln
- Basilikum
- Paprika
- Chili
- Getrocknete Früchte
- Schokolade
- Knabbereien

## DIVERS

# CHECKLISTE AUFENTHALT

NAME:

- Hosen
- Unterwäsche
- Socken
- Pullover
- T-Shirts
- BH
- Fleece
- Hemd
- Jacken
- K-Way
- Schwimmshort
- Bikini
- Mütze
- Gürtel

**KLEIDER**

- Zahnbürste
- Zahnpasta
- Kamm
- Deo
- Shampoo
- Seife
- Badetücher
- Rasierer
- Föhn
- Sonnenmilch
- Brille
- Kontaktlinsen
- Make-up
- Insektenspray
- Hygienetücher
- Taschentücher

**HYGIENE**

- Wärmepads
- Decken
- Regenschirm
- Kissen
- Laptop + Ladegerät
- Handy + Ladegerät
- Kindle
- Panzertape
- Kühltruhe
- Geld
- Karten
- Schreibblock
- Kugelschreiber
- Musik
- Sonnenbrille

**DIVERS**

- Anreisedokumente
- Persönliche  
Dokumente
- Medikamente
- Rucksack
- Bücher
- Kamera + Ladegerät
- Tablet
- Kopfhörer
- Feuerzeug
- Grill
- Grillanzünder
- Holzkohle

**DIVERS**