



## Packliste für den Koffer

Trainingsfreizeit der Leichtathletikabteilung des VFL Stade  
16.-22.03.2024, Jugendherberge Eschwege

►► Packliste bitte ausgefüllt in den Koffer legen ◀◀

Gegenstand	Anzahl mitgenommen/Besonderheiten
• wetterfeste Jacke	
• Regenhose (bei schlechter Wettervorhersage)	
• Pullover	
• T-Shirts	
• Lange Hose	
• Kurze Hose (bei guter Wettervorhersage)	
• Socken	
• Unterhemden	
• Unterhosen	
• Schlafbekleidung	
• Trainingsbekleidung drinnen (Shirt/Hose)	
• Trainingsbekleidung draußen (Shirt/Hose)	
• Sport-/Laufschuhe	
• Feste Schuhe (waldtauglich)	
• Badebekleidung	
• Badelatschen (auch für die Duschen)	
• Ggf. Schwimmhilfen	
• Wasserspielzeug nach Wunsch	
• Hausschuhe	
• Waschtasche (Zahnbürste, Zahnpasta, Duschgel, Shampoo, ggf. Haarbürste, Creme etc.)	
• Handtücher (1 x groß, 1 x klein, 1 x fürs Schwimmbad)	
• Sonnencreme/Kopfbedeckung (bei guter Wettervorhersage)	
• Persönliche Gegenstände (Kuscheltier, Medikamente, Hygieneartikel etc.)	
• Buch / Zeitschrift / Spiele	
• Beutel für Dreckwäsche und Schuhe	
• Taschenlampe	
• Getränke / Getränkepulver	
• Süßigkeiten/Knabberkrams/Müslirigel	
• Ggf. MP3-Player/Musikbox o.ä.	
• Ladegeräte	
• Telefon-/Adressliste	
• Briefmarken für Postkarten	