

Deine Sauna Packliste

Allgemeines & Vorbereitung

- Kleingeld für Schließfächer / Spinde
- Personalausweis
- Ggf. Studenten- / Pensionistenausweis für ermäßigten Eintritt
- eCard oder andere Versicherungskarte
- Eintrittskarte
- 3G-Nachweis (je nach aktuellen Covid-Bestimmungen)
- Notfallapotheke, wie Pflaster und Wundcreme (siehe auch unsere [Reiseapotheke](#))

Während dem Schwimmen

- Badeanzug / Bikini oder Badehose
- Badekappe
- Schwimm- / Taucherbrille
- Handpaddel
- Flossen
- Haargummi

In der Schwimm-Pause

- Badelatschen / Flip Flops
- Bademantel
- Badetuch (bei längerem Aufenthalt mind. 2 / Person)
- Wasserflasche
- Kleine Snacks (beachte die Regeln in Bezug auf Essen im Schwimmbereich)

Nach dem Schwimmen

- Mini-Duschgel, Haarshampoo, Haarpflege
- Haarbürste
- ggf. Fön
- Creme / Pflegeprodukte
- Deo
- Duschhandtuch
- Beutel für die nassen Badesachen
- Trockene Kleidung für den Heimweg
- Mütze für den Heimweg (bei kalten Temperaturen)

Nice to have

- Ersatz Badeanzug / Bikini / Badehose
- Ohrstöpsel (bei empfindlichen Ohren)
- Nasenklammer (je nach persönlicher Vorliebe)
- Desinfektionsmittel
- Buch / Zeitschrift / eBook-Reader
- Kopfhörer
- Schnorchel
- Wasserball, Luftmatratze o. Ä.
- Schwimmnudel
- aufblasbare Nackenrolle
- Schutzhüllen für Handy oder andere Geräte
- Powerbank

Für Kinder und Babys

- Windeln / Schwimmwindeln
- Schwimmflügel / Schwimmgürtel
- Wasserspielzeug
- Feuchttücher

- Wechselklamotten
- Mind. 1 Handtuch / Kind
- ggf. Schnuller
- Wickeltasche
- Spiele und andere Unterhaltung für Zwischendurch