



Für den Sommer-Sonne-Badeurlaub

# PACKLISTE FÜR DEN STRAND

- Surfshirt oder UV-Shirt (idealerweise langärmelig und mit hohem Kragen)
- Sonnenschutz als Creme, Spray oder Lotion
- (wasserfest, LSF mindestens 30. Für Babys und Kleinkinder mineralisiert) . Rechnen Sie mit ungefähr 10 ml Sonnencreme bei Kindern und ca. 20 ml bei Erwachsenen pro Tag und Person je nach Größe.
- Basecap, Sonnenhut (bei empfindlicher Haut mit breiter Krempe oder Nackenschutz)
- Surferschuhe oder Badeschuhe (bei steinigem Badeufer)
- Badelatschen (für den Weg zur Toilette)
- Strandmuschel oder Sonnenschirm (auf LSF achten!)
- Sonnenbrille (auch für kleine Kinder)
- Trinkflasche und Badetuch
- Frischhaltedosen (für z.B. Obst)
- Mückenspray (für abends oder den Urlaub am See)

