



Packliste

Folgende Dokumente sollten vorliegen und am besten bei der Einreise bereitgehalten werden:

- Pass (min. gültig bis sechs Monate nach Ausreisedatum)
- ausgefülltes Visum (Touristenkarte)
- Auslandsreisekrankenversicherung
- Impfausweis
- Adresse des ersten Übernachtungsortes

Folgende Dinge gehören in den Koffer, damit ihr auf euer Retreat gut vorbereitet seid:

- kleiner Rucksack für Wanderungen
- feste Schuhe
- bequeme Kleidung für die Yoga-Sessions
- Badesachen
- Strandtuch/-handtuch
- Sonnenschutz (Sonnenbrille/Hut/UV-Bekleidung etc.)
- Kleidung zum Ausgehen
- Adapter für Steckdosen
- evtl. kleine Gastgeschenke (z.B. Süßigkeiten/Toilettenartikel etc.)
- wetterfeste Kleidung
- Taschenlampe/Batterien



Da es auf Kuba schwer sein kann, Hygieneartikel zu erstehen, gehören folgende Dinge in die Waschtasche:

- ausreichend Sonnenschutz
- Reiseapotheke
- Moskitospray
- Damenhygieneartikel
- Duschbad /Shampoo/Conditioner
- Rasierer
- Wattestäbchen/-pads
- Verhütungsmittel

Diese Dinge gehören in den Koffer, sofern du/ihr mit Babys/Kleinkindern verreist:

- Windeln/Feuchttücher (gibt es zwar zu kaufen, sind jedoch meist sehr kostenintensiv und parfümiert)
- Sonnenschutz (Hut/Brille/UV-Kleidung/Spray/Strandmuschel etc.)
- Snacks
- Reserve an Babynahrung (Pulvermilch/Gläschen)
- Reiseapotheke
- Spielzeug/Bücher
- Nuckelflasche
- Schnuller
- klappbarer Buggy/Babytrage o.ä.