

Checkliste Strandurlaub mit der Familie



Allgemein

Kleidung und Textilien

- Badekleidung
- Wechselkleidung
- Handtuch
- Strandtuch oder Strandmatte

Sonnenschutz

- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Kopfbedeckung
- Sonnenschirm/ Strandmuschel

Essen und Trinken

- Erfrischende Getränke
- Obst, Gemüse, Knabberzeug
- Feuchttücher
- Tüten/ Frischhaltedosen

Für's Kind

Baby

- Schwimmwindeln
- Ersatzwindeln
- Wickelunterlage
- Abwaschbares Bilderbuch

Kleinkind

- Schwimmflügel
- Eimer und Schaufel
- Sandförmchen
- Schwimmring/ Wasserball

Älteres Kind

- Taucherbrille und Schnorchel
- Handball/ Frisbee
- Strandtennis
- Lesestoff

Außerdem

- | | | |
|---|--------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Geld | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Smartphone/ Fotokamera | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Pflaster | <input type="checkbox"/> _____ | <input type="checkbox"/> _____ |

Tipps & Tricks Strandurlaub mit der Familie



Einen kühlen Kopf bewahren

Schattenspender



Sonnenschirm, Strandkorb oder gar Strandmuschel kann man sich an immer mehr Urlaubsstränden leihen.

Strandmuschel oder -korb sind insbesondere für Familien mit Baby und Kleinkind geeignet, da diese einen **windgeschützten Rückzugsort** bieten.

Durstlöcher



Mineralwasser, gekühlter Tee oder verdünnte Säfte sind die besten Durstlöcher an heißen Tagen.

Eine **Thermoskanne hält Ihre Getränke kühl** und spart Platz in der Strandtasche. Ein nasses Handtuch um die Flasche gewickelt, kühlt ebenfalls.

Sonnenschutz



Wer sich bereits in der Unterkunft eincremt, wird am Strand nicht von klebriger Haut geplagt.

Eine **kleine Flasche Sonnencreme** ist meist ausreichend für einen Strandtag und ist nicht so sperrig in der Tasche wie die große Variante.

Packen wie ein Profi

- Schwere Dinge (z. B. Bücher) nach unten in die Tasche
- Handtücher rollen und nebeneinander in die Tasche packen
- Elektronik in verschließbare Beutel zum Schutz vor Sand und Wasser
- Essen wie Obst nach oben packen oder in Frischhaltedosen transportieren
- Wertsachen sicher verstecken z. B. in einem als Sonnencreme getarnten Behältnis
- Badeschuhe von außen an die Tasche binden
- Strandspielzeug (z. B. Eimer und Schaufel) in separatem Netz transportieren