

Camping & Menstruation

PACKLISTE



Grundausrüstung:

- Always Infinity FlexProtect
- Tampons
- Deo
- Kleines Desinfektionsmittel
- Allzweckbeutel mit Zipper
- Schmerztablette
- Wechselunterhose

Mit dabei im Camper:

- Genügend Unterhosen
- Bequeme Hose
- Baumwoll-Duschtuch
- Waschlappen
- Dr. Bronner's Seife

Nachts:

- Kurze enge Hose oder Boxershorts

Zum Wohlfühlen:

- Outdoordecke
- Tee
- Yogamatte für kurze Dehnübungen zwischendurch
- Faszienrolle
- Kopfhörer