

PACKLISTE LAUFMAMALAUF

- den Kinderwagen natürlich (egal, welchen du hast, das geht mit allen!)
- und das [Bondolino*](#) - oder ein anderes Tragesystem
- ein Handtuch
- 1 große Flasche Wasser für Mama
- (Milch)Flasche für's Baby im Wärmebehälter
- Knabberkram fürs Baby
- evtl. ein Spielzeug
- Notfall-Wickelset
- Schlüssel Handy Portemonnaie (natürlich...)

Jahreszeitenbedingt:

- im Winter eventuell eine warme Wärmflasche, damit dem Knirps nicht kalt wird
- ab Frühling eine kleine (Picknick)Decke damit das Baby auf dem Boden spielen kann
- im Sommer Sonnenschutz für Mama und Baby nicht vergessen (Sonnenscreme und Sonnenhut* - wir haben so einen, der schützt auch den Nacken)
- _____
- _____

