



## **Die ultimative vegane Festivalliste**

1. Tramper-Rucksack mit 65-70 Litern Volumen,
2. Zelt (sollte möglichst wasserdicht sein, aber nicht unbedingt das teuerste, man ärgert sich sonst nur, wenn nachher Schlamm dran klebt oder Brandlöcher drin sind),
3. Isomatte oder Luftmatratze,
4. Taschenmesser,
5. Wärmflasche (Falls es nachts sehr kalt wird),
6. Gehörschutz (für Hardcore Konzerte ohne Tinnitus, für gesegneten Nachtschlaf auch neben dem Partyzelt oder dem abgefüllten Festivalneuling von nebenan, der erst, wenn die Konzerte mittags wieder losgehen in den Schlafsack kriecht).
7. So viele grüne Bananen, wie in den Rucksack gehen (reifen nach und werden nicht so schnell matschig, wie gelbe Bananen). Die sind nicht nur als Zwischendurch-Snack geniale Energielieferanten, kleingeschnitten im Müsli geben sie auch eine hervorragende Frühstückszutat ab.
8. Müsli,
9. Pflanzenmilch je nach Geschmack (Sie hält sich auch im relativ warmen Zelt erstaunlich lange),
10. Studentenfutter (Habe ich grundsätzlich für jeden Tag einen Beutel dabei, das macht schön satt),
11. Energieriegel,
12. Paprika (Kann man super roh essen),
13. Äpfel,
14. Schoko-Aufstrich,
15. Instantkaffee,
16. Becher,
17. Kleinen Kochtopf,
18. Kaugummi,

19. Abgepacktes Brot,
20. Senf aus der Tube,
21. Hefe-Aufstrich (1-4 Tage hält sich so eine Dose schon mal ungekühlt),
22. Chips,
23. 2-3 Tetrapacks Mineralwasser für den Tag danach, wenn der Wasserhahn zu weit weg ist haben sich bewährt, das könnt Ihr zu späterer Stunde auch gut mit
24. Weißwein mischen.
25. Flip-Flops,
26. 2-3 kurze Jeansröcke oder Shorts und dazu zahlreiche Leggings (Die trocknen nach dem Regen auch am Bein ziemlich schnell, da sie eng anliegen, halten sie schön warm, zudem kann man zur Not auch mehrere übereinander tragen, außerdem hat man sie schnell ausgezogen und in die Tasche gesteckt, sollte das Wetter von böse zu freundlich umschlagen) oder
27. wahlweise 1-2 von diesen lustigen schnell trocknenden Funktionshosen, bei denen man die langen Beine mit dem Reißverschluss abnehmen kann.
28. Ausreichend Unterwäsche,
29. dicken Hoodie oder Pullover,
30. falls die Wettervorhersage mollig warme Temperaturen von unter 15 Grad in der Nacht anpreist evtl. auch eine Winterjacke.
31. Regenjacke,
32. Müllsäcke (Daraus kann man sich Notfall-Regenhosen und alle möglichen anderen praktischen Dinge basteln).
33. Panzertape (auch Gaffer oder Garten-Tape genannt, damit kann man nicht nur Regenmäntel, Zelte und Miniröcke flicken, sondern zusammen mit den Mülltüten auch ganze Modekollektionen basteln. Außerdem benötigt Ihr es dringend zum Bau Eures Umhänge-Tetrapacks. Dazu braucht Ihr außerdem, wie der Name schon verrät, noch einen handelsüblichen
34. Tetrapack. Achtung: Auf sehr vielen Festivals sind seit ein paar Jahren nur noch 1-Liter (auf manchen sogar noch kleinere, das kann man vorher auf der Homepage des jeweiligen Festivals nachlesen) Tetrapacks auf dem Konzertgelände erlaubt. Mithilfe des Gaffertapes könnt Ihr mit etwas Geschick einen eleganten Trageriemen basteln, der Tetrapack kann immer wieder mit Getränken nachgefüllt werden. Wer möchte, kann natürlich auch zum mittelalterlichen Weinschlauch greifen und auch
35. diese neomodischen Trinkrucksäcke erfreuen sich in der letzten Zeit immer größerer Beliebtheit.
36. Deo,
37. Duschgel,
38. Zahnputzzeug,
39. Sonnencreme mit starkem Lichtschutzfaktor,

40. Trockenshampoo gibt es von den verschiedensten Herstellern auch in vegan, Ihr könnt Euch aber auch einfach ein Beutelchen Weinsteinbackpulver oder Babypuder mitnehmen, vorsichtig in den Haaransatz einmassieren, leicht frottieren und dann ausbürsten, damit erzielt Ihr die gleiche Wirkung.
41. Haarbürste oder Kamm, je nach Haarstruktur.
42. Sonnenbrille,
43. ausreichend Bandshirts (Rechnet mal lieber pro Tag zwei ein, falls es beim Konzert zur Bierdusche kommt).
44. Bikini (Falls Euch die Schlangen vor den sanitären Einrichtungen zu lang sind oder die Duschen mal wieder verstopft, außerdem kann man sich darin einfach immer noch am besten sonnen).
45. Ein großes Halstuch gegen Zug oder als
46. Kopfbedeckung gegen Sonnenbrand (Wenn der Sonnenstich droht: Einfach nass machen und umhängen).
47. Brandsalbe (hilft auch gegen Mückenstiche und Sonnenbrand),
48. Feuchte Babytücher oder Abschminktücher (Falls die Dusche mal klemmt und zum Loswerden der Festival-typischen Panda-Augen am nächsten Morgen),
49. transportabler Schminkspiegel (Wenn Ihr morgens im Zelt aufwacht und am Vortag echt keine Lust mehr Wasserhahn oder mit dem Wasserkanister duschen.
50. Klopapier (In Dixie-Klos ist selten welches drin),
51. Desinfektionsgel,
52. Mandeln (nicht nur als Zwischendurch-Snack, die Dinger helfen auch gut gegen evtl. auftretenden Kater, einfach ein paar davon kauen, dann spart Ihr Euch die Aspirin, die im nächsten Punkt trotzdem auf meiner Liste landen, sicher ist sicher).
53. Aspirin o. Ä.,
54. Handtuch (Die Antwort ist und bleibt schließlich 42, außerdem kann man es sehr gut als Sonnenschutz, Superheld·innen-Umhang, Turban, zum Abtrocknen oder als Kopfkissen verwenden).
55. Kamera (Nehmt bitte nicht Eure superteure, neue SF- Ausrüstung mit, Ihr werdet es nur bereuen. Die lustigsten Festivalfotos entstehen sowieso immer mit der kleinen Klickse),
56. Handy und Ladekabel (Fall Ihr in den Genuss einer Ladestation kommt) – Nicht wundern, am ersten Tag bricht der Handyempfang traditionell komplett zusammen, weil einfach alle versuchen, sich zu verabreden. Ich empfehle daher schon seit Jahren:
57. Nehmt eine Uhr mit und sucht Euch schon zu Hause einen Treffpunkt auf dem Geländeplan raus. Das klingt super altmodisch, funktioniert aber in

den meisten Fällen erstaunlich gut, später muss man dann (je nachdem, wie gut die Bands sind und mit wem man unterwegs ist) darauf hoffen, dass sich die Kollegen noch an den jeweils vereinbarten Treffpunkt erinnern, aber zur Not findet man sich ja spätestens am Abend vor dem Zelt wieder.

58. Faltkanister (wurde oben schon erwähnt, ist natürlich auch für das Trinkwasser gedacht. Falls Euer Kumpel vorhat, den mit Spirituosen zu füllen, nehmt besser noch einen zweiten mit).
59. Warme Socken,
60. Gummistiefel sind das wichtigste Kleidungsstück auf dem Festival! Damit lässt es sich nicht nur durch hohen Schlamm waten, man kann so auch bedenkenlos gerade noch okaye Dixies betreten und verliert keine Zehennägel, wenn einem beim Pogo jemand auf den Fuß springt. Natürlich gehen auch diese tollen, veganen Dock Martens, sie sind super wasserdicht, allerdings muss man sich darüber im Klaren sein, dass es mitunter sehr spaßig sein kann, nachts vor dem Zelt die vom Schlamm verklebten Schnürsenkel zu lösen. In beiden Fällen empfiehlt sich auf jeden Fall ein kleiner
61. Stiefelknecht oder Schuhlöffel.
62. Flyer und Kreide (Die URL [www.earthlings.de](http://www.earthlings.de) ist bekannt, ich wünsche Euch viel Spaß, wo trifft man mehr Leute auf einem Haufen, als auf Festivals).
63. Kondome,
64. Klappgaskocher (Wenn Ihr in größeren Gruppen unterwegs seid, sprecht Euch vorher ab, wir hatten mal sage und schreibe 12 Gaskocher dabei, als wir zu achtzehnt auf dem Festival waren).
65. Denkt auch an die Ersatzkartusche für den Gaskocher.
66. Pro Person ein (leichter!) Klappstuhl,
67. eventuell ein leichter, faltbarer Alutisch für alle zusammen.
68. Verbandskasten (Am besten auch wieder absprechen, wer ihn mitnimmt),
69. Musikinstrument für die Mittagspause,
70. Notenheft mit Mitsingen-Songs,
71. Pavillon (Gibts für kleines Geld im Baumarkt, unserer aktuelles hat bereits rund 12 Festivals überlebt, Freunde danken es uns immer, wenn wir es dabei haben, es eignet sich super als Pow Wow zwischen den Zelten, eins reicht für bis zu 4 Zelte).
72. Ersatz-Heringe (Irgendjemand vergisst immer, die Dinger mitzunehmen und freut sich dann).
73. Tickets,
74. Ausgedruckten Timetable (sehr praktisch, falls das mobile Internet zwischendurch plötzlich weg ist).
75. Lageplan,
76. Taschenlampe,

77. Räucherstäbchen gegen diverse seltsame Düfte ,
78. Feuerzeuge,
79. Batterien für Eure elektrischen Devotionalien.
80. Packt das Navi und den Wohnungsschlüssel ins Handschuhfach, wenn Ihr aufs Gelände geht. Ich könnte Euch jetzt die wüstesten Geschichten von verlorenen Schlüsseln erzählen, aber ich lasse es.
81. Meine Liste enthält absichtlich hauptsächlich Frühstückszutaten und Snacks. Am Ende des Tages wollte Ihr sowieso das Essen an den Buden ausprobieren und es wäre ja schade, deshalb Tonnen von angeschleppten Dosenuppen wieder nach Hause tragen. Wenn ich doch noch Platz für genau zwei Konserven in Eurem Rucksack freihabt, verrate ich Euch mein Lieblings-Festival-Rezept. Dafür braucht Ihr die folgenden Zutaten:
82. 1 Suppenwürfel,
83. 1 kleinen Beutel Sojaschnetzel,
84. Dosenöffner,
85. Chilischote,
86. 2 Beutelchen Salz aus dem nächsten Schnellimbiss,
87. Das Rezept.

Anne Reis  
Rock 'n' Roll vegan  
[cardamonchai.com](http://cardamonchai.com)