

Deine Summer Bucket List

- Ein Picknick im Park mit selbstgemachten Snacks
- Barfuß durch eine Wiese oder am Seeufer laufen
- Sonnenuntergang mit deiner Lieblingsplaylist genießen
- Ein Tagebuch oder Bullet Journal für den Sommer starten
- Mit Freundinnen eine Fahrradtour ins Grüne machen
- Ein Sommerkleid upcyceln oder selbst nähen
- Eine kostenlose Yogastunde im Park besuchen
- Früchte auf dem Wochenmarkt kaufen und ein Obstbuffet zaubern
- Den Balkon oder Garten sommerlich dekorieren
- Ein Visionboard für deine Ziele basteln
- Ein Open-Air-Kino in der Stadt besuchen
- Selbstgemachtes Eis oder Nicecream ausprobieren
- Ein Buch aus deiner Kindheit noch einmal lesen
- Kräuter auf der Fensterbank pflanzen
- Wanderung in einem nahegelegenen Naturpark
- Straßenfest oder Dorffest in deiner Region besuchen
- Eine Playlist mit deinen Summer-Vibes-Songs erstellen
- Ein DIY-Fotoprojekt starten – z. B. "Ein Foto pro Tag"
- Ein Nachmittag ohne Handy, nur mit dir und einem guten Buch
- Ein Freundinnen-Brunch im Garten organisieren
- Mit einer Freundin ein Sommer-Makeover ausprobieren
- In einem See schwimmen gehen – möglichst früh am Morgen
- Einmal barfuß tanzen – egal ob im Wohnzimmer oder am See
- Kunstwerke mit Straßenkreide malen
- Eine neue Stadt in deiner Nähe mit dem 49-Euro-Ticket erkunden
- Streetfood-Markt besuchen und etwas Neues probieren
- Ein Tagebuch mit Sommerrezepten anlegen
- Sonnenblumen oder Wildblumen pflücken (wo erlaubt!)
- Eine Woche lang nur Secondhand-Outfits tragen
- Frühstück auf dem Balkon – mit frischen Croissants und Kaffee
- Ein Liebesbrief – an dich selbst schreiben
- Den eigenen Stadtteil wie eine Touristin erkunden
- Eine Podcast-Folge aufnehmen oder eine neue Serie entdecken
- Bei einer Kleidertauschparty mitmachen oder selbst organisieren
- Mit dem Skizzenblock in die Natur gehen und zeichnen
- Ein Sommertagebuch mit Erinnerungen und Fotos gestalten
- Einmal richtig laut deine Lieblingssongs mitsingen
- Selbstgemachte Limonade an Freunde verschenken
- Jemandem anonym eine nette Nachricht dalassen
- Ein kleiner Roadtrip mit dem Auto oder Zug
- Auf einem Bauernhof Beeren pflücken
- Eine Nacht draußen schlafen – im Zelt oder unter freiem Himmel
- Ein neues Hobby für den Sommer ausprobieren – z. B. Makramee

- Ein Sonnenhut basteln oder verzieren
- Self-Care-Tag mit selbstgemachten Masken und Musik
- Dein Lieblingszitat auf Leinwand malen
- Freiluft-Sportarten testen: Slackline, SUP oder Beachvolleyball
- Eine romantische Sommergeschichte schreiben (oder lesen)
- Den Sonnenaufgang bewusst erleben – am besten mit Tee und Ruhe
- Ein kleines Sommerfest mit Lichterketten und Deko feiern