

Abb. 1



**Aufsetzen**

Nie den Rucksack mit durchgestreckten Knien vom Boden über die Schultern wuchten. Erst am Tragegriff auf eine Erhöhung stellen und dann mit einem und anschließend mit dem anderen Arm in die Schultergurte schlüpfen. Gibt es keine Erhöhung, kann der Rucksack auf dem abgewinkelten Oberschenkel "zwischenlagert" und anschließend in Trageposition gebracht werden.

Abb. 2



**Anpassen**

Um einen Rucksack richtig anzupassen, muß er beladen sein und vorher sollten alle Riemen gelockert werden. Die Reihenfolge ist wichtig, mit der die Gurte festgezogen werden:

(2) Stets unten mit dem Hüftgurt beginnen. Die Mitte des Hüftgurtes sollte in etwa mit dem Hüftknochen abschließen. (3) Jetzt die Schultergurte leicht anziehen! Die Polster sollen sich sauber um die Schultern legen. Jedoch nicht zu stramm anziehen, sonst verlagert sich die Last zu sehr weg von den Hüften, ganz hin zu den Schultern. (4) Die Lageverstellriemen (über den Schulterriemen) müssen im Bereich des Schlüsselbeins befestigt sein. Durch leichtes Anziehen wird der Rucksack an den Rücken gelegt. Aufpassen, daß die Schultergurte weiterhin sauber aufliegen! Wenn die Lageverstellriemen jetzt einen Winkel zwischen 20° und 30° zur Horizontalen haben, stimmt die Rückenlänge. Unter 20° Winkel sollte eine längere, über 30° eine kürzere Rückenlänge gewählt werden. (5) Anschließend die unteren Packsackstabilisierungsriemen am Hüftgurt anziehen. Der Brustgurt zwischen den Schulterriemen entlastet die Schultergelenke (wichtig beim Klettern, Skilaufen, Wandern).

Abb. 4

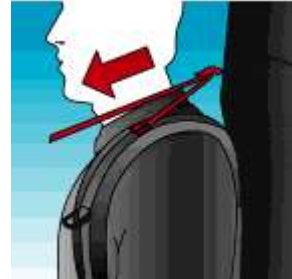


Abb. 3



Abb.



Abb. 5



**Packen**

Je näher schwere Gegenstände am Körper plaziert werden, desto leichter läßt sich der Rucksack aufsetzen und während des Tragens ausballancieren. Schwere Gegenstände sollten auch über leichtere Füllung in Schulterhöhe untergebracht werden. Außen sollte nur das Nötigste angebracht werden, eine Reihe von Rucksäcken bieten jedoch praktische Ansatzmöglichkeiten etwa seitlich für das Zeltgestänge. Ein Schlafsack gehört in das Bodenfach. Stuffsäcke erleichtern die klare Ordnung und das Verstauen im Hauptfach bzw. den Seitentaschen.

Abb. 7



**Brustgurt**

Die anatomisch geformten Schultergurte in S-Form von TATONKA geben bessere Bewegungsfreiheit und entlasten die Nackenmuskulatur. Der höhenverstellbare Brustgurt der TATONKA-Rucksäcke verbessert die Aktionsfreiheit. Z.B. beim Skilaufen oder Klettern stabilisiert der Brustgurt den Schultergurt und verhindert so, daß er von der Schulter rutscht.

Abb. 8

Abb. 10

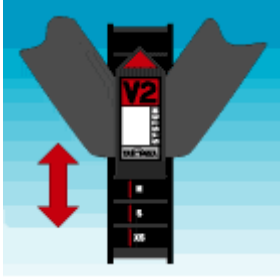


Abb. 9

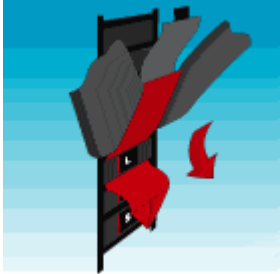
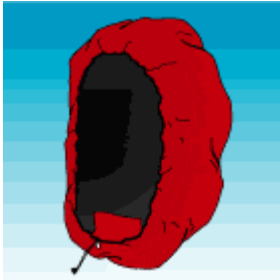


Abb. 12

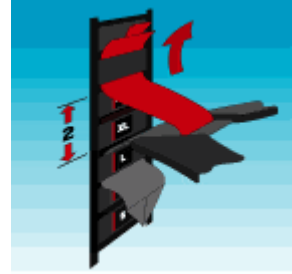


### Einstellen des Schultergurtes

(8) Durch Verstellen des Schultergurtes am Rückensystem kann die Schultergurtlänge reguliert werden. Wichtig ist dabei, daß die S-förmige Kontur des Schultergurtes die Nackenmuskulatur entlastet. (9) Durch Öffnen des äußeren Klettbandes und des inneren Flauschbandes kann der Schultergurt vom Packsack gelöst werden. Anschließend müssen beide Bänder komplett aus dem Leitersystem ausgefädelt werden. Dabei die bisherige obere Position merken. Durch Heraufsetzen des Schultergurtes wird dieser verlängert – durch Heruntersetzen wird der Schultergurt verkürzt. (10) Nun die neue obere Position festlegen und das Flauschband durch das Leitersystem einfädeln. Drei Querbänder unterhalb des Klettbandes einfädeln. Nun sollte der Schultergurt wieder in der richtigen Position eingerastet sein. (11) Zum Schluß noch das Flausch- und Klettband schließen und neue Schultergurtposition ausprobieren.



Abb. 11



### Regenüberzug

TATONKA verwendet zwar bei Rucksäcken wetterfest beschichtete Qualitätsmaterialien, vorrangig Corudura, um auch einem Platzregen standzuhalten. Bei lang anhaltendem Regen ist zusätzlich ein Regenschutz (im Zubehörprogramm von TATONKA) erforderlich, der für jede Rucksackgröße lieferbar ist und bei feuchter Witterung außerdem gegen allgegenwärtigen Schmutz schützt.

### Rucksackreinigung

Rucksäcke sind wegen ihrer PU-Polsterung und weiterer eingesetzter Materialien nicht waschmaschinenfest. Trocken ausbürsten und allenfalls, wenn nötig, mit einem feuchten Lappen abwischen. Keine scharfen Waschmittel verwenden.

### Ersatzteile

Schnalle sind entscheidende Teile am Rucksack. Wer sich nicht gleich für das Outdoor-Repair-Kit von TATONKA entscheidet, sollte zumindest Ersatzschnallen für die Schulter- und Hüftgurte mit auf Reisen nehmen.