



Tipps zu Rucksäcken

1. Wintertouren mit Rucksack

Bezüglich Gepäck sind Wintertouren ein sehr umfangreiches Unternehmen: der dickere Schlafsack und das größere Zelt füllen 80 bis 90 Liter Volumen rasch. Hinzu kommt das hohe Gesamtgewicht, das trotz Leichtgewichtsausrüstung die 20 kg-Marke locker erreicht.

Früher waren Außengesteller ein Muss für Wintertouren, weil es Innengesteller, die derart hohes Gewicht wuppen konnten, schlichtweg nicht gab. Heute ist die Lage anders – obwohl sich immer noch nicht jedes Modell für die leichtfüßige Beförderung umfangreicher Ausrüstung eignet, derweil man sich auf Schneeschuhen durchs Winterparadies bewegt! Das Tragesystem und vor allem die Festigkeit des Hüftgurtes sind maßgebend für die Belastbarkeit und müssen folglich sehr genau unter die Lupe genommen werden. Beratung ist ratsam!

Eine Alternative zum vollgestopften Rucksack ist (sofern das Gelände es zulässt) die Kombination von Rucksack und Pulka. Manche Rucksäcke sind durch Haken und Ösen am richtigen Fleck, von vornherein darauf ausgelegt mit einer Pulka kombiniert zu werden.

2. Außen- & Innengestell

Rucksäcke mit Außengestell (Kraxen) sind heute schon deutlich bequemer als früher, kommen in der Regel aber trotzdem nur noch für sperrige Lasten bis 30 kg zum Einsatz. Robuste Rahmen aus Aluminium oder Kunststoff sorgen für Stabilität.

Durch den Abstand des Packsackes zum Träger ist eine gute Ventilation am Rücken möglich und der frei aufgehängte Hüftgurt bietet in der Regel Bewegungsfreiheit beim Gehen. Insgesamt sind und bleiben Außengestelle recht sperrig, was querfeldein in dichtem Gehölz und auf schmalen Graten von Nachteil sein kann.

Wer sich heute auf Tour begibt, hat sein Gepäck für gewöhnlich in einem Rucksack mit Innengestell (Trekkingrucksack) verstaut. Dank technisch aufwändigen Tragesystemen (s.u. Hüftgurt), lassen sich bis zu 20 kg transportieren.

Die Basis für Innengestelltragesysteme ist in groben Zügen immer identisch, die Ausführung je nach Einsatzbereich und Hersteller sehr unterschiedlich.

Der Name verrät's: die Basis ist ein Gestell, das in die Rückseite des Rucksacks eingearbeitet ist; üblicherweise werden Aluschiene oder Kunststoffplatten verwendet.

Die Vorteile gegenüber dem Außengestell: jedes Innengestell ist leichter, bringt den Rucksack näher an den Körper (Schwerpunkt liegt günstiger), ist weniger sperrig, in dichtem Wald und auf schmalen Graten nicht störend. Zudem lassen sich Feinheiten in der Passform (ggf. auch durchs Anpassen der Aluschiene) ändern.

Der Hüftgurt ist entweder angenäht, eingeschoben (relativ flexibel, gute Bewegungsfreiheit) oder sogar fest mit den Schienen verschraubt. Je torsionssteifer (Torsion = Verdrehung, Verwindung) er in sich selbst ist, desto mehr Gewicht kann mit dem Rucksack getragen werden, ohne dass der Packsack nach unten verrutscht. Erreicht wird die Torsionsfestigkeit des Gurtes z.B. durch eingearbeitete Kunststoffplatten. Unterstützend dazu sollte er konisch geschnitten sein, d.h. oben enger als unten, um nicht von der Hüfte abzurutschen.

Bezüglich der Rückenlänge werden Rucksäcke entweder in verschiedenen Längen oder mit verstellbarem Tragesystem angeboten; gängig ist das Anpassen durch Verstellen (in der Höhe) der Schultergurte.

S-förmig geschnittene Gurte sind inzwischen Standard. Sie umschließen das Schultergelenk sehr gut, liegen glatt und sauber auf.

Mancher verlässt das Haus nicht ohne seinen high-tech Sherpa, während andere auf den Klassiker schwören. So oder so: letztlich ist das entscheidende Moment die Art der Tour und der individuelle Tragekomfort. Für sportliche Schneeschuhtouren sind Rucksäcke mit Außengestell beispielsweise nicht empfehlenswert.

3. Rucksack & Rückenlänge

müssen genau ausgewählt/bestimmt werden. Ziel sämtlicher Rucksackkonstruktionen ist, das Gewicht von den Schultern zu nehmen und es auf die Hüfte zu bringen. Das ist nur einwandfrei möglich, wenn das Tragesystem exakt auf die Rückenlänge (Abstand zwischen letztem Hals- und letztem Lendenwirbel) abgestimmt ist.

Kein Rücken gleicht dem anderen. Jede Körperstatur ist anders ausgebildet und es lohnt sich daher, beladene Rucksäcke mit unterschiedlichen Tragesystemen zu testen, um das Richtige für sich zu ermitteln. Den Rucksack ausschließlich nach dem Volumen des Packsacks zu wählen ist falsch, die Größe ist lediglich ein Richtmaß. Sicher soll die benötigte Ausrüstung in den Sack, aber es wird nie einen 80 Liter Rucksack mit extrem kurzer Rückenlänge geben und auch keinen besonders kleinen für lange Rücken. Volumen und Rückenlänge stehen immer im gesunden Verhältnis.

4. Tourenrucksäcke

liegen im Bereich zwischen 40 und 50 Litern und nehmen verstärkt Raum ein. Denn zum einen wird die Ausrüstung kontinuierlich kompakter, zum anderen verändert sich das Reiseverhalten! Kurztouren gehören vermehrt zum Wochenendprogramm, auf denen neben Schlafsack, Zelt und Kocher kaum Gepäck benötigt wird und ein Rucksack mit kleinem Volumen genügt.

Wo Tourenrucksäcke früher einfach große Tagesrucksäcke waren, haben sie heute eher die Qualität kleine Trekkingrucksäcke. Allerdings wird hier aufgrund der Gesamtgröße das Gewicht nicht per Gurt auf die Hüfte übertragen (s.u. Hüftgurt? Bauchriemen?), sondern lastet in erster Linie auf den Schultern, was bei diesem Packvolumen und Gewicht in Ordnung ist. Folglich spielt die Rückenlänge keine Rolle.

Der Gesamtschnitt ist schlank gehalten, um die Arme und Bewegungsfreiheit nicht zu beschränken, denn Skilanglauf, Klettern, etc. sind sehr bewegungsintensiv und hier liegt der ursprüngliche Einsatzbereich für Tourenrucksäcke. Pickelschlaufe, Seilfach etc. weisen darauf hin. Auch wenn Schlaufen und Schnüre für einen Zweck bestimmt sind, sind sie doch vielseitig verwendbar und der Wanderer befestigt daran statt des Pickels eben seine Isomatte.

5. Hüftgurt? Bauchriemen?

Daypacks, Rad- und Tourenrucksäcke haben aufgrund ihrer kurzen Rückenlängen keinen Hüftgurt, sondern einen Bauchriemen, der i.d.R. nicht gepolstert ist und den Rucksack am Rücken fixiert (kein seitliches Schlingern). Einen effektiven Hüftgurt, der das Gewicht auf die Hüften überträgt, haben Koffer- und große Trekkingrucksäcke mit entsprechender Rückenlänge.

6. Materialien etc. (alphabetisch)

Hier ist es, wie in diversen anderen Bereichen auch: die Basis bilden immer die gleichen Materialien, die Frage ist nur in welcher Form. Folgend also zu den grundlegenden Dingen; Details sind bei den einzelnen Rucksäcken auf den Artikelseiten.

Baumwolle; als reines Gewebe aus dem Outdoorbereich fast verschwunden. Ihr Ruf: schwer, trocknet schlecht, kann verrotten. Wird outdoors aber gern als Mischgewebe und für Jägerrucksäcke verwendet, weil das Gewebe nicht raschelt.

Denier: die Einheit D (oder den, tex bzw. dtex) steht für Denier und gibt die Garnfeinheit an. Je niedriger die Zahl, desto feiner das Garn. Folglich ist 1000er Gewebe aus stärkerem Garn als 500er und hat eine gröbere Struktur.

Mischgewebe aus Baumwolle und Polyester wird heute selten verarbeitet; wer es kennt, weiß es zu schätzen. Imprägnierbar, stark Wasser abweisend, sehr robust, relativ schwer! Zu finden bei Mac Pac.

Nylon (ein Polyamid). Am stärksten verbreitet ist Cordura-Nylon von DuPont. Es wird in unterschiedlichen Qualitäten, aus besonders kräftigem Garn gewebt und ist sehr scheuerfest. 1000D Cordura plus ist heute das gängigste Material. Es ist sehr abriebfest und wird daher gern für Rucksackböden etc. verwendet. „Plus“ besagt, dass es doppelt so viele Filamente pro Faden hat wie herkömmliches Cordura-Nylon). 500er Cordura ist etwas feiner, weicher und leichter als 1000er und aufgrund der Gewebestruktur besser zu beschichten. Insgesamt hat Cordura eine textile Optik und sieht edler aus als herkömmliches (glattes, glänzendes) Nylon.

Polyestergewebe. Sie sind deutlich seltener zu finden, denn Polyester ist nicht so reiß- und scheuerfest wie Nylon. Dafür leichter und sehr UV-beständig, wodurch der Farbverlust über die Zeit gering ist. Riemenmaterial guter Rucksäcke ist Terylene Polyester (extrem reißfest, abriebfest, wird auch für Sicherheitsgurte verwendet).

Schnallen sollen natürlich bruchfest (elastisch) sein, dürfen auch bei tiefsten Minusgraden nicht spröde werden und sollen nicht ausleiern. Sehr gute Schnallen kommen z.B. von National Molding und Fastex.

Reißverschlüsse sind kräftig, folglich belastbar und durch große Schieber auch per Handschuh zu bedienen. Eine gute Wahl ist u.a. YKK.

Quelle: Globetrotter Katalog

