



Product Service

Den richtigen Begleiter für die Berge finden

TÜV SÜD-Tipp zu Wanderrucksäcken

September 2012

**Mehr Sicherheit.
Mehr Wert.**



Foto: shutterstock.com / My Good Images

Brotzeit zur Belohnung unterm Gipfelkreuz. Regenjacke für den Fall, dass ein überraschender Schauer kommt. Sonnencreme, um unterwegs eine Schutzschicht gegen die Höhensonne aufzutragen. Ein Rucksack für die Tour in die Berge muss einiges wegstecken können. Wer für die beginnende Saison einen neuen Wanderrucksack braucht, sollte sich für die Auswahl genügend Zeit nehmen. Tipps dazu gibt es von den Sportprodukt-Experten von TÜV SÜD.

- Klein, mittel oder groß? Zur **Größenfrage** gibt es nach TÜV SÜD-Experten eine Faustregel zur Orientierung: Für mehrtägige Touren bietet sich ein 60 bis 80 Liter großer Trekkingrucksack an, während für Tageswanderungen ein Modell mit 25 bis 35 Litern ausreichend ist. Das Gepäckvolumen für ein Wochenende in den Bergen liegt zwischen diesen beiden Werten.
- Keine Alternative zum Wanderrucksack ist der Allround-Rucksack, den man auch zum Einkaufen nutzt oder ins Büro mitnimmt. Denn Wanderrucksäcke müssen perfekt sitzen und dürfen auch bei einer längeren Tragezeit nicht drücken. **Verstellbare Rückensysteme** sorgen für einen passgenauen und körpernahen Sitz. Beim Anprobieren sollte man darauf achten, dass der **Hüftgurt** wirklich über die Hüften und nicht über den Bauch führt. Der Gurt überträgt das Gewicht auf das Becken und entlastet die Schultern.



Product Service

- Wichtig ist nicht nur die richtige anatomische Form – der Rucksack sollte auch über ein **System zur Rückenbelüftung** und über **gepolsterte Schultergurte** verfügen. Das ist die beste Prävention gegen nassgeschwitzten Rücken und schmerzhafte Scheuerstellen.
- Stichwort Ergonomie: Einige Hersteller bieten spezielle „**Frauenmodelle**“ an, die schmaler geschnitten und mit anatomisch angepassten Brust- und Hüftgurten ausgestattet sind.
- Das vermeintliche Traummodell gefunden? Dann raten die TÜV SÜD-Fachleute zum Praxistest: Den Rucksack beladen lassen, aufsetzen, **etwa eine halbe Stunde durchs Geschäft wandern** und dabei auch Treppen steigen, um die tatsächliche Passform und Praxistauglichkeit zu testen.
- Auch die Details sollten passen, zum Beispiel die Inneneinteilung und die Accessoires. So sorgen **Reißverschlussfächer** dafür, dass unterwegs nichts verloren geht. Im Deckfach kann man Kleinigkeiten verstauen, auf die man im Falle eines Falles schnell zugreifen will. Auch die Möglichkeit, eine **Trinkblase** unterzubringen, gehört inzwischen bei vielen Wanderrucksäcken zum Standard.
- Bei strahlendem Sonnenschein losgehen – und dann stundenlang im Regen unterwegs sein. Damit dann nichts nass wird, braucht man einen **Regenschutz**, der sich über den kompletten Rucksack ziehen lässt und der gut zugänglich ist. Auch der **Boden** des Rucksacks sollte keine Nässe durchlassen, falls das Gepäck auf nassem Gelände oder auf Moos abgestellt wird. **Extratipp:** Wenn hundertprozentiger Nässeschutz gefragt ist, beispielsweise bei einem Schlafsack, sollten die Gepäckstücke zusätzlich in zwei ineinander gestülpte Plastiktüten gepackt werden.
- Ein Spezialfall ist der Protektorenrucksack, der zusätzlich einen Aufprallschutz für den Rücken hat. Er wird vor allem von Skitourengängern, Snowboardfahrern oder Mountainbikern eingesetzt. Bei der Auswahl von **Protektorenrucksäcken** bietet das blaue **TÜV SÜD-Oktagon** eine gute Orientierungshilfe.



Product Service

Die Experten von TÜV SÜD testen für die Vergabe des Prüfzeichens unter anderem die dämpfenden Eigenschaften, die Ergonomie, die Festigkeit der Trageeinrichtungen, die Funktion der Verschlüsse, die Verständlichkeit der Bedienungsanleitung sowie die chemischen Eigenschaften des Materials.

- Noch einige Tipps zum praktischen Einsatz des Rucksacks: Beim Packen Verzicht üben und Überflüssiges zu Hause lassen. Das geringere Gewicht macht sich beim Aufstieg bemerkbar. Ansonsten gilt für das Packen: **Schwerere Gepäckstücke** sollten direkt am oberen Rücken anliegen, während **leichtere Gegenstände** darunter oder außen platziert werden sollten.
- **So sitzt der Rucksack richtig:** Den Brustgurt gerade so eng einstellen, dass die Armbewegung nicht behindert wird. Vor allem bei schwerer Ladung muss der Hüftgurt fest anliegen. Deshalb möglichst keine Hosen mit Gürtel tragen, sonst kann es zu Druckstellen kommen. Der Hüftgurt sorgt neben der Gewichtsentlastung auch für den festen Sitz des Rucksacks – und hilft gegen vorzeitige Ermüdung.
- Nach der Heimkehr von der Wanderung sollte man den Rucksack **zum Auslüften und Trocknen aufhängen**. Sonst drohen Stockflecken und Moder. Die meisten modernen Rucksäcke bestehen aus Polyamid. Deshalb **schattig und trocken lagern**, damit das Material nicht brüchig wird, so der Hinweis von TÜV SÜD.

Mit diesen Tipps steht dem erfolgreichen Rucksackkauf nichts mehr im Wege.

Viel Freude beim Aussuchen und Wandern wünscht Ihnen Ihr TÜV SÜD Product Service Team.

Weitere Informationen finden Sie unter: www.tuev-sued.de/softlines

TÜV SÜD Product Service GmbH, Ridlerstraße 65, 80339 München

Telefon: +49 89 5008-4747

E-Mail: productservice@tuev-sued.de

Quelle: www.tuev-sued.de/ps/tuev-sued-tipps