

## Wissenswertes über Rucksäcke

### Allgemeines

Bevor Sie einen Rucksack kaufen, sollten Sie sich überlegen, für welche Einsatzbereiche Sie den Rucksack benötigen: für Citytouren, Tages- oder Mehrtageswanderungen, für Reisen, Sommer-/Winter-Klettertouren, Hochtouren, Trekking oder Expeditionen.

Wählen sie ihn lieber etwas zu groß, mit Hilfe der oft vorhandenen seitlichen Kompressionsriemen können Sie das Volumen leicht verkleinern, wohingegen eine Volumenerweiterung des Packsackes nur möglich ist, falls dieser nach oben hin ausziehbar ist (Windfang) bzw. einen höhenverstellbaren Deckel aufweist. Dies ist im Regelfall nur bei großvolumigen Trekkingmodellen der Fall.

Unterschieden wird zwischen verschiedenen Rucksackformen bzw. -typen.

### Außengestell – Rucksacke

Die historische Urform des heutigen Rucksacks ist die Kraxe, bei der der Packsack an einem festen Rahmen (aus Metall, Kunststoff, früher Holz) befestigt wird. Wegen der Sperrigkeit und des oft hohen Gewichtes ist dies ein heute praktisch bedeutungslos gewordener Rucksacktyp.

### Innengestell – Rucksacke

Die Weiterentwicklung der klassischen Kraxe hat sich eindeutig durchgesetzt (Federstahlrahmen, Aluschienen, Kunststoffplatte etc.). Das formgebende Skelett des Rucksackes ist meist unsichtbar im Rucksack integriert. Innengestellrucksacke sind optisch ansprechender, leichter und oft hervorragend anpassbar. Diese werden in einzelne Gruppen unterteilt, wobei die Anwendungsgrenzen selbstverständlich fließend übergehen.

### City- Tages- und Wanderrucksacke

15 bis 40 Liter Volumen, die Produktpalette reicht vom einfachen, modischen Daypack mit ansprechender Optik bis hin zum komfortablen Familienwanderrucksack. Im hochwertigen Bereich oft mit NetZRücken und Abstandhalter. Dies verhindert übermäßiges Schwitzen und Wärmestaus, eine ideale Ergänzung zu modernen „atmenden“ Sporttextilien. Der klassische Rucksacktyp weist Außentaschen (seitlich oder an der Frontseite), eine Deckeltasche, ein Wertsachenfach im Deckel, gepolsterte Tragegurte, einen Bauchgurt und einen gepolsterten Hüftgurt auf (bei Modellen mit größerem Volumen).

Daypacks/Citymodelle besitzen meist eine Tropfenform und sind mit einem Rundbogen-Reißverschluss ausgestattet.

Der Größenbereich dieser Modelle bewegt sich zwischen 30 und 55 Liter Volumen. Mögliche Ausstattungsmerkmale für diese Rucksackgruppe: Volumenverstellung (seitliche Kompressionsriemen, ideal auch zum Befestigen von Außentaschen),

Befestigungsmöglichkeit für Eispickel, Steigeisen, Skibefestigung, Lawinenschaufel-/Sonden-Fach, Trinkflaschenfach, Deckeltasche, Wertsachenfach, Brustgurt, gepolsterte Schulterträger, Windfang am Packsackoberende, das Hineinblasen von Schnee und Regen verhindert.

Kletter-Rucksäcke haben meist keinen gepolsterten Hüftgurt, größere Modelle sind mit einem gepolsterten Hüftgurt zur besseren Lastverteilung auf die Hüfte ausgestattet. Die Rückenpartie ist in der Regel mit gepolstert, ab 45 Liter mit verstellbarer Rückenlänge.

### **Trekking- und Expeditionsrucksacke**

Volumen 50-80 bzw. 100 Liter. Normalerweise mit verstellbarer Rückenlänge und gut gepolsterten, ausgesteiften Hüftflossen, auf die ein erheblicher Teil der Last übertragen werden kann. Mögliche Ausstattungsdetails: Normalerweise mit Deckeltasche (auch höhenverstellbar oder abnehmbar), Wertsachenfach, oben seitliche Öffnung und Innenfach für Trinkschlauch und Behälter (ermöglicht das Trinken ohne den Rucksack absetzen zu müssen). Hauptpacksack sowie Bodenfach sind üblicherweise über einen Rundbogen-Reißverschluss von vorne her zugänglich. Ein Zwischenboden (Zwischen Haupt- und Bodenfach) ist in der Regel auszipfbar und gewährleistet wahlweise das Packen in eine oder zwei Kammern. Einige Modelle sind mit fixen, flach verstaubaren Balg- oder Seitentaschen ausgestattet. Als sehr nützlich erweisen sich seitliche Kompressionsriemen (zur Volumsverstellung und Befestigung von Seitentaschen), Einstecktaschen für Zeltgestänge, sowie Befestigungsmöglichkeiten am Deckel für Isoliermatte oder ähnliches. Am Packsackoberende befindet sich meist ein Windfang, der ein Hineinblasen von Schnee und Regen verhindert. Das Innengestell besteht aus zwei formbaren Aluschiene, die individuell der Rückenform des Trägers angepasst werden können. Die Schultergurte sind aufwendig verarbeitet und normalerweise S-förmig geschnitten (also der menschlichen Anatomie perfekt angepasst). Sehr hochwertige Modelle weisen auch hier spezielle Belüftungseinrichtungen auf, indem dreidimensionale und sehr atmungsaktive Schaum-Sandwichpolster verwendet werden.

### **Koffer- und Reiserucksacke**

Ideal für Bahn- oder Flugzeugreisende, die auch kurze Strecken zu Fuß mit dem Gepäck unterwegs sind. Sie lassen sich bequem wie ein Koffer packen. Eine RV-Abdeckung bietet optimalen Schutz für das Tragesystem während des Transportes. Neu und funktionell, die Travelbags mit robustem Fahrwerk und Spezialrollen mit ausziehbarem Fahrgriff und Spezialinnenrahmen. Volumen ca. 40 bis 80 Liter. Innenfächer und oft ein abzipfbarer Daypack sorgen für perfekte Gepäcksorganisation.

### **Materialien**

Grundsätzlich unterscheidet man zwei Hauptmaterialien: Polyester und Polyamid. Polyester ist leicht und sehr farbecht (Rucksacke bleichen daher bei starker UV-Strahlung nicht so rasch aus).

Polyamid (bekannt als Nylon) ist hingegen abriebfester und insgesamt robuster. Eine bekannte Version des Polyamids ist das Cordura, bei dem es sich um einen texturierten, aufgerauten Faden handelt, der dem Stoff eine textile Optik und einen weichen Griff mit sehr hoher Abriebfestigkeit vermittelt. Cordura ist ein eingetragenes Markenzeichen der Firma Du Pont. Häufiger Verwendung findet eine koreanische Version, die dem Original sehr ähnlich kommt, aber preiswerter ist. Ein weiterer Grundsatz: Je stärker die Fadendicke, desto kräftiger der Stoff. Die Fadenstärke wird in Denier (den) angegeben, dabei handelt es sich um das Gewicht des Fadens pro

Langeneinheit, d.h. 1000 „den“ Gewebe ist grober als ein Gewebe mit 500 „den“. In der Praxis verwendet man daher an Stellen mit hohem Abrieb (z.B. Boden) grobe Gewebe mit z.B. 1000 „den“. Dort, wo wenig Abrieb auftritt und um Gewicht zu sparen, kommt z.B. ein Gewebe mit 210 „den“ zum Einsatz.

In der Praxis gilt, dass sehr hochwertige, großvolumige Rucksäcke oder auch z.B. Kletterrucksäcke aufgrund des starken Abriebs aus Polyamid und nicht aus Polyester gefertigt werden. Um diese Gewebe wasserabweisend zu machen, werden sie auf der Innenseite beschichtet. Bei hochwertigen Rucksäcken wird heute ausschließlich Polyurethan (PU) verwendet, womit man je nach Fadenstärke eine Wasserdichtheit von 400 bis 1500 mm Wassersäule erreicht. Andere Materialien (wie Baumwolle, Leder etc.) sind heute aufgrund der klaren Nachteile gegenüber Synthetikfasern nahezu verschwunden und finden meistens nur noch bei modischem Rucksäcken Verwendung. Wichtig sind auch die Polsterschäume, sie sollten langlebig sein, um auch nach längerem Gebrauch noch eine hohe Elastizität zu besitzen. Bei Schnallen sollte auf Markenprodukte Wert gelegt werden, die eine entsprechende Bruchsicherheit, auch bei großer Kälte, aufweisen.

### **ACHTUNG:**

Trotz bester Beschichtung und sorgfältiger Verarbeitung ist kein Rucksack wasserdicht. Gerade bei anhaltendem Regen kommt immer irgendwo Sickerwasser durch (meist an den Stichlochern der Nähte).

Durchaus sinnvoll ist daher auch die Verwendung einer Regenhülle.

Eine andere Lösung wäre auch das Verpacken der unbedingt trocken zuhaltenden Gegenstände in Plastikbeuteln.

### **Anpassen des Rucksackes**

Zuerst sollte der Rucksack mit einem realistischen Gewicht gefüllt werden. Der Rucksack wird dann geschultert und als erstes der Hüftgurt korrekt sitzend auf den Hüftknochen angepasst.

Die Mitte des Hüftgurtes sollte dabei auf dem tastbaren Hüftknochen sitzen (der Hüftgurt/Bauchgurt sollte die Taille nicht einschnüren). Als nächstes werden die Schultergurte angezogen. Etwa die Mitte des gepolsterten Schultergurtes sollte oben auf der Schulter liegen (der Träger soll bogenförmig die Schulter umschließen). Bei Rucksäcken mit verstellbarer Rückenlänge muss dieser gegebenenfalls verstellt werden. Wichtig ist dabei, dass der Ansatzpunkt der Schulterträger am Rucksackrücken nicht zu hoch sitzt, da sonst die Schulterträger am Hals scheuern können.

Bei großen Rucksäcken mit Längenverstellriemen sollten diese auf der Schulter sitzen und in einem Winkel von ca. 45° nach oben zum Packsack gehen.

Wichtig: Die Hauptlast sollte nicht auf den Schultern, sondern bei größeren Lasten auf dem Hüftgurt zu sitzen kommen. (Gurte dürfen nicht zu straff angezogen werden). Mit Hilfe der Lastverstellriemen kann der Packsack in schwierigem Gelände nahe an den Körper herangezogen werden (sehr stabile Position). Bei gleichmäßigem, ruhigem Bergaufgehen können die Lageverstellriemen vom Körper weg bewegt werden, so dass im Rücken die Belüftung möglich ist.

## **EXPERTENTIPP:**

### **Tipps zum Packen des Rucksackes**

Für das Bepacken gilt: Schwere Dinge körpernah, wo der Packsack dem Körper am nächsten sitzt.

Bei Modellen mit Bodenfach empfiehlt sich die Unterbringung des Schlafsackes oder anderer leichter Gegenstände im Bodenfach, Nahrungs-mittel, Kocher/Geschirr usw. im Hauptfach. In den Deckel gehören Dinge, die man rasch benötigt (z. B. Sonnenbrille, Stirnlampe, Fotoapparat etc.), ins Wertsachenfach an der Deckelunterseite Reisedokumente, Autoschlüssel, Geldbörse etc.

Grundsätzlich sollten Sie vermeiden, allzu viele Gegenstände außen am Rucksack zu befestigen. Dies führt zu unbequemem Tragen und möglicherweise zu einem lästigen Hängenbleiben an Felsen, Sträuchern usw.

Ein Zeltgestänge kann bei großem Rucksacken seitlich an den Kompressionsriemen befestigt werden, die Isoliermatte bei Rucksacken mit Bodenfach an den Kompressionsriemen unter dem Bodenfach fixiert werden. Bei Hochtouren- bzw. Tourenmodellen können ferner Eispickel und Steigeisen außen angebracht werden. Falls große Trekkingmodelle nur gering beladen sind, pendelt die Deckeltasche oftmals hin und her, dies vermeidet man, indem die Deckeltasche im Packsack verstaut und der Schnurzug über der Deckeltasche zugezogen wird (nur bei Schönwetter, nicht bei Regen).

**Gut Pfad Scouti**