

So wählen Sie einen Rucksack aus: Ein Leitfaden für Anfänger

Unser Leitfaden für Anfänger zur Auswahl eines Rucksacks hilft Ihnen, die beste Wahl für Ihre Anforderungen als Rucksack zu treffen und sorgt für Komfort und Zuverlässigkeit Egal, ob Sie eine Tageswanderung durch sanfte Hügel oder eine ausgedehnte Expedition unternehmen, die ein Schelfeis überquert, wenn Sie wissen, wie Sie den für Ihre Reise am besten geeigneten Rucksack auswählen, wird sie unendlich angenehmer. Es stehen unzählige Optionen zur Verfügung, und es kann eine verwirrende Angelegenheit sein, aber wenn Sie es richtig machen, sorgen Sie Tag für Tag für Komfort und Zuverlässigkeit. Vor diesem Hintergrund haben wir einen umfassenden Leitfaden zur Auswahl eines …

Unser Leitfaden für Anfänger zur Auswahl eines Rucksacks hilft Ihnen, die beste Wahl für Ihre Anforderungen als Rucksack zu treffen und sorgt für Komfort und Zuverlässigkeit

Egal, ob Sie eine Tageswanderung durch sanfte Hügel oder eine ausgedehnte Expedition unternehmen, die ein Schelfeis überquert, wenn Sie wissen, wie Sie den für Ihre Reise am besten geeigneten Rucksack auswählen, wird sie unendlich angenehmer.

Es stehen unzählige Optionen zur Verfügung, und es kann eine verwirrende Angelegenheit sein, aber wenn Sie es richtig machen, sorgen Sie Tag für Tag für Komfort und Zuverlässigkeit.

Vor diesem Hintergrund haben wir einen umfassenden Leitfaden zur Auswahl eines Rucksacks zusammengestellt.

Wie man einen Rucksack auswählt

Wir haben unseren Leitfaden zur Auswahl eines Rucksacks in die folgenden Unterabschnitte gegliedert.

- Überlegungen
- Arten von Rucksäcken
- Größe und Kapazität
- Eigenschaften eines Rucksacks
- So passen Sie einen Rucksack an
- Zusatzfunktionen und Zubehör

Überlegungen

Stellen Sie sich bei der Auswahl eines Rucksacks die folgenden Fragen:

- Wo gehst du hin?
- Wann gehst du?
- Wie wird das Wetter sein?
- Wie lange gehst du?
- Wie viel werden Sie tragen?
- Welche Ausrüstung wirst du mitnehmen?
- Welche Aktivitäten werden Sie durchführen?
- Welches Terrain werden Sie abdecken?
- Wie stark bist du?

Arten von Rucksäcken

Der Hauptzweck Ihres Rucksacks wird jeden Teil des Kaufprozesses beeinflussen. Ein Winterbergsteiger, der plant, einen Monat an den Hängen eines Achttausenders zu verbringen, hat andere Anforderungen als ein Weltumrunder, der kaum mehr erwartet als eine Tageswanderung.

Trekking-Rucksack: Mein Lieblingsrucksack ist ein Osprey Exos 38-Rucksack, der gerade einmal etwas mehr als ein Kilogramm wiegt. Es ist superleicht, geräumig, strapazierfähig und eignet

sich für die meisten Camping- und Trekkingtouren, einschließlich kürzerer Wildcamping- und Winterbergsteigertouren.

Er bietet genug Platz für Schlafsack und leichte Campingausrüstung und mit nur 38 Litern animiert er mich auch dazu, das Gewicht niedrig zu halten. Eine weitere großartige Option ist der Levity 45, der nur 800 g wiegt, obwohl er mehr fasst!

alt= wie man einen Rucksack für Wanderungen auswählt >Atlas & Boots Ich benutze einen Osprey Exos 38-Rucksack auf Wanderungen

Trekkingrucksäcke sind meist über 40 Liter groß, stark und wetterfest, aber auch leicht, bequem und stabil. Der Rucksack sollte gut belüftet sein und viele Stretch-Mesh- und Packtaschen haben, um die Ausrüstung hineinzupquetschen.

Tagesrucksäcke: Ich persönlich verwende eher keinen Tagesrucksack, da ich meistens eine Kameraausrüstung dabei habe und nehme lieber meinen Trekkingrucksack, da ich etwas mehr Platz benötige. Kia hat einen Osprey Tempest Pro 18 Tagesrucksack, der cool und bequem ist und genug Platz für das Nötigste bietet.

Es hat einige nette Details wie Befestigungen für Sonnenbrillen, Sicherheitslichter und Trekkingstöcke sowie Seitentaschen für Wasserflaschen, schnell zugängliche Hüfttaschen und eine Stautasche, die groß genug ist, um einen Fahrradhelm aufzunehmen.

Expeditionsrucksack: Für längere Expeditionen muss es etwas Größeres und Strapazierfähigeres sein. Ich benutze einen 85l Osprey Expeditionsrucksack. Er ist groß und bequem genug, um im Hochlager getragen zu werden, und kann leicht zusammengepackt und als Tagesrucksack für Tageswanderungen verwendet werden. Der abnehmbare Deckel bedeutet auch, dass es weiter komprimiert und als Handgepäck

während Flügen verwendet werden kann.

alt= Expeditionsrucksack >Atlas & Boots Auf längeren Touren
benutze ich einen 85l Osprey Expeditionsrucksack

Das durchgehend verwendete Material ist stärker, dicker und damit schwerer als die bisherigen Optionen. Es wird jedoch über längere Zeiträume für schwerere Ausrüstung verwendet, sodass die Schultergurte und der Hüftgurt stärker gepolstert sein müssen, um zusätzlichen Komfort zu bieten, sowie viele externe Zubehörgurte, Staufächer und Stautaschen.

Alpinrucksack: Ich habe eine andere Art von Rucksack für Klettertouren. Alpin- und Kletterrucksäcke haben im Allgemeinen weniger Fächer, aber ausgeprägtere Merkmale wie einen Fingergriffgurt, Eisgerätebefestigungen, Steigeisentaschen, ein Trinksystem und eine leichtere, flexiblere Rückenstütze.

Abenteuerreisen: Abenteuerreisepakete sind ausgezeichnete Crossover-Rucksäcke mit Koffern für Aktivurlauber. Die Rucksäcke haben viele der oben genannten Elemente in Kombination mit alltäglichen Funktionen wie Laptop- und Gerätefächern, einem Schuhfach mit Reißverschluss und einem separaten Fach für nasse/matschige Ausrüstung. Sie haben oft ein starreres Äußeres, ähnlich dem eines Koffers. Einige, wie die Osprey Farpoint Wheels 36, werden sogar mit Rädern geliefert.

alt= Osprey-Gepäck gegen eine Meereslandschaft >Atlas & Boots
Meine Osprey Farpoint-Räder 36

Größe und Kapazität

Alle oben genannten Überlegungen beeinflussen die Größe und Kapazität Ihres Rucksacks. Vorlieben und Anforderungen variieren natürlich, aber das Folgende ist ein guter Anhaltspunkt.

Wochenende (1-3 Nächte; 30-50 Liter)

Wenn Sie nur für eine kurze Pause in die Wildnis fliehen, sollte es Ihre Priorität sein, leicht zu bleiben. Wenn Sie effizient sind, können Sie die Reise sehr leicht für Ihre Füße (und Ihren Rücken) machen, mehr Boden zurücklegen und unnötige Schmerzen vermeiden. Sie müssen diszipliniert sein und den Luxus zu Hause lassen, während Sie gleichzeitig niemals die zehn wesentlichen Dinge ignorieren.

Mehrtägig (3-5 Nächte; 40-70 Liter) / Langzeitreise

Dies sind die beliebtesten Rucksäcke und decken die meisten Eventualitäten ab. 40-70-Liter-Rucksäcke sind sehr vielseitig und können von Backcountry-Skifahrern, Tagesausflüglern und Übernachtungsgästen verwendet werden. Sie sind auch ideal für Langzeitreisende, die mehr zu tragen haben als der durchschnittliche Urlauber.

Langzeitreise (5+ Nächte; 70 Liter oder mehr)

Längere Reisen von 5 Tagen oder mehr erfordern normalerweise Packungen mit 70 Litern oder mehr. Diese sind normalerweise die bevorzugte Wahl für:

- Winteraktivitäten, die länger als eine Nacht dauern. Größere Rucksäcke bieten bequemer Platz für wärmere Kleidung, dickere Schlafsäcke und 4-Jahreszeiten-Zelte mit schwereren Stangen.
- Längere Reisen in die Wildnis erfordern mehr Vorräte und Ausrüstung.
- Expeditionen in rauer Umgebung.
- Erwachsene mit Kindern. (Mama und Papa tragen am Ende mehr von dem Kit!)

Eigenschaften eines Rucksacks

Nicht alle Rucksäcke haben alle diese Attribute, aber es sind die Eigenschaften, auf die Sie achten sollten, wenn Sie überlegen, wie Sie einen Rucksack auswählen.

alt= wie man ein Rucksack-Features-Diagramm auswählt >Atlas & Boots Achten Sie bei der Auswahl eines Rucksacks auf diese Merkmale

Schlaufen für Wanderstöcke/Eispickel: Verwenden Sie diese Schlaufen für Ihre Wanderstöcke und/oder Eispickel.

Frontplatte mit Reißverschluss: Diese kann für einfachen Zugriff auf das Hauptfach geöffnet werden.

Deckel: Der Deckel enthält normalerweise eine Tasche für eine leicht zugängliche Aufbewahrung oben auf Ihrem Rucksack. Teilweise lässt sich der Deckel auch abnehmen, um Gewicht zu sparen oder sogar als kleine Hüfttasche zu verwenden.

Lastenheber: Diese Verstellgurte sehen zwar klein aus, sind aber unerlässlich, um Lasten so bequem wie möglich zu tragen. Sie verbinden die Schultergurte mit der Oberseite des Rucksackrahmens und können verwendet werden, um Winkel und Abstand des Rucksacks zu Ihrem Körper zu verändern. Dies hilft zu verhindern, dass ein schwerer Rucksack von Ihnen weggezogen wird, und hält die Last/das Gewicht Ihres Rucksacks auf Ihren Hüften zentriert.

Brustgurt: Der Brustgurt (oder Brustgurt) wird an den Schultergurten befestigt und sitzt, wenn er fertig ist, über der Brust. Sowohl die Position als auch die Länge des Riemens sollten einstellbar sein. Sie verbessern die Stabilität des Rucksacks und halten die Schultergurte stabil, indem sie ein Verrutschen verhindern.

Schultergurte: Wie bei den Hüftgurten ändern sich Dicke und Art der Polsterung der Schultergurte mit der Größe des Rucksacks. Dicke gepolsterte Riemen bieten Komfort und Halt, während dünnere eine bessere Flexibilität bieten. Auch hier sorgen Mesh-Träger für eine bessere Belüftung.

Rückenteil: Diese sollten für Komfort konturiert und gepolstert

sein. Sie sollten verstellbar sein und Schaumstoffkanäle enthalten, um eine Polsterung bereitzustellen, die auch die Atmungsaktivität verbessert. Für Wanderungen bei warmem Wetter können Sie einen Rucksack mit einem hängenden Mesh-System in Betracht ziehen, das eine bessere Belüftung bietet.

Hüftgurt: Ein richtig sitzender Hüftgurt kann für ein tolles Wandererlebnis sorgen. Umgekehrt kann es zu einer miserablen Erfahrung führen, wenn es nicht gut passt. Das Gewicht des Rucksacks sollte gleichmäßig verteilt sein, damit Ihre Schultern nicht schmerzen. Je größer der Rucksack, desto dicker die Polsterung, die maximalen Halt und Komfort beim Tragen schwerer Lasten bietet.

Hüftgurttaschen: Schnellzugriffstaschen, ideal für Snacks, Telefon, Brieftasche, Handschuhe und andere kleine Dinge.

Fronttasche: Großartig bei wechselhaftem Wetter. Perfekt zum Verstauen von Jacke, Reiseführer, Kamera, Regenschutz etc.

Schlafsackfach: Zwei Fächer erleichtern die Organisation. Das Basisfach, das üblicherweise zur Aufbewahrung eines Schlafsacks verwendet wird, ist normalerweise durch eine interne, manchmal verstellbare Trennwand vom Hauptpaket getrennt.

Stretch-Seitentaschen: Normalerweise zur Aufbewahrung von Wasserflaschen; Oft aus einem Stretchmaterial für einen einfachen und sicheren Sitz.

Rollmatten-/Zubehörgurte: Diese werden oft zur Sicherung einer Rollmatte verwendet, können aber auch als allgemeine Zurrpunkte verwendet werden. Normalerweise stelle ich hier mein Zelt auf.

Kompressionsriemen: Verwenden Sie diese Riemen, um das Volumen Ihres Rucksacks zu reduzieren. Sie sind besonders nützlich, wenn Ihr Rucksack nicht voll ist, da sie helfen, die

Ladung stabil zu halten.

So passen Sie einen Rucksack an

Dies ist wohl der wichtigste Aspekt bei der Auswahl eines Rucksacks. Wenn Sie es richtig machen, haben Sie einen Rucksack, der unter allen Bedingungen bequem, unterstützend und stabil ist. Wenn Sie es falsch machen, werden Schulter-, Hüft- und Rückenschmerzen mit ziemlicher Sicherheit ein Problem sein.

Anstatt Sie mit Diagrammen und Bildern zu bombardieren, wie Sie Ihre Rückenlänge messen können, übergebe ich Sie an Osprey.

Zusatzfunktionen und Zubehör

Im Folgenden finden Sie einige zusätzliche Funktionen und Zubehörteile, die Sie bei der Auswahl eines Rucksacks berücksichtigen sollten.

Wasserdichtigkeit: Vollständig wasserdichte Rucksäcke, insbesondere Rucksäcke mit großem Fassungsvermögen, sind selten, da sie viele Nähte und Reißverschlüsse erfordern und ausnahmslos oben ein Loch haben (damit Sie es packen können!). Stattdessen werden robuste und langlebige Stoffe verwendet, die eine gewisse Wasserbeständigkeit bieten. Diese können mit einer wasserabweisenden Behandlung beschichtet werden, oder eine weitaus beliebtere Option ist eine abnehmbare Regenhülle. Eine weitere (oder zusätzliche) Möglichkeit besteht darin, Ihre Ausrüstung in wasserdichte Packsäcke zu packen.

Trinkreservoir: Viele Rucksäcke bieten eine Innentasche, in der Sie ein Trinkreservoir (separat erhältlich) anbringen können. Diese sind ideal für Hot-Hiking-Touren.

Sicherheit: Wenn du mit dem Rucksack ins Ausland reist und

wahrscheinlich durch viele Städte und Verkehrsknotenpunkte reist, könnte es sich lohnen, in zusätzliche Sicherheitsprodukte zu investieren. Schlagfeste Maschennetze und Vorhängeschlösser sind nur eine Möglichkeit, Ihr Gepäck zusätzlich zu sichern.

Rationalisierung: Rucksäcke sind nicht ideal für Flughäfen. Oft geraten sie an Förderbänder oder landen im Sperrgepäckbereich. Eine Flugabdeckung oder ein Protektor für Ihren Rucksack kann das Fliegen erleichtern und Ihre Ausrüstung sicherer machen.

alt= >

Hauptbild: Cineberg/Shutterstock

.

Details

Besuchen Sie uns auf: eine-reise.de