

Die Wanderausrüstung: Darauf muss man achten

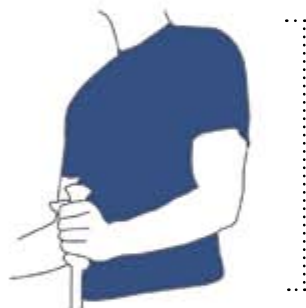
Alles in allem kostet eine qualitativ hochstehende Wanderausrüstung rund 1400 bis 2900 Franken. Das ist viel Geld, aber die Investition lohnt sich. Denn viele Ausrüstungsgegenstände haben eine lange Lebensdauer und machen ein ungetrübtes Wandererlebnis erst möglich. Und einige Komponenten können auch im Alltag getragen werden.

Jacke: Sie muss warm halten und bequem und atmungsaktiv sein. Mit Vorteil hat sie einen durchgehenden Reissverschluss und einen hochstehenden Kragen - beides dient der Wärmeregulierung.

→ Preisrahmen: 150 bis 300 Franken

Regenjacke: Sie muss zuverlässig vor Wind und Regen schützen und trotzdem atmungsaktiv sein. Unterarmreissverschlüsse tragen zu einer guten Belüftung bei.

→ Preisrahmen: 350 bis 750 Franken



Unterwäsche: Sie muss die Feuchtigkeit gut transportieren, schnell trocknen und sich auf der Haut angenehm anfühlen.

→ Preisrahmen: kurze Unterhosen 30 bis 60 Franken, T-Shirt 60 bis 150 Franken



Socken: Damit man keine Blasen bekommt, müssen die Socken kompakt sitzen und die Füsse trocken halten. Als Material bieten sich Kunstfaser oder Merinowolle an. Die Socke soll deutlich über den Schaftrand des Schuhs reichen.

→ Preisrahmen: 30 bis 40 Franken



Stöcke: Längenverstellbare Trekkingstöcke helfen, die Gelenke zu entlasten. Sie können problemlos im oder zumindest aussen am Rucksack transportiert werden.

→ Preisrahmen: 80 bis 160 Franken

Sonnenschutz: Sonnenbrille mit 100 Prozent Schutz gegen UV-Strahlung. Sonnenhut mit breiter Krempe oder genügend grossem Schild. Praktisch sind Sonnenhüte, die auch wasserabweisend sind.

→ Preisrahmen: Sonnenbrille 50 bis 150 Franken, Sonnenhut 30 bis 90 Franken

Rucksack: Für Tagestouren sollte der Rucksack mindestens 20 bis 30 Liter fassen. Er muss der Körpergrösse und der Rückenlänge angepasst sein. Für eine optimale Lastübertragung müssen die Schulterriemen richtig eingestellt sein, und der gepolsterte Hüftgurt muss richtig sitzen.

→ Preisrahmen: 150 bis 300 Franken



Regenhülle: Um den Inhalt des Rucksacks vor Nässe zu schützen, eignet sich eine Regenhülle.

→ Preisrahmen: 20 bis 30 Franken

Hose/Regenhose: Die Hose sollte leicht und bequem, atmungsaktiv und schnell trocknend sein. Eine aufgesetzte Tasche bietet Platz für die Wanderkarte. Abnehmbare Hosenbeine sind praktisch zur Wärmeregulierung.

→ Preisrahmen: 100 bis 200 Franken

Als Regenschutz reicht eine leichte Hose aus wasserabweisendem Material. Seitliche Reissverschlüsse ermöglichen das leichte Überziehen, ohne die Schuhe ausziehen zu müssen.

→ Preisrahmen: 150 bis 350 Franken

Schuhe: Einen guten Halt bieten Wanderschuhe mit hohem Schaft und nicht zu weicher Sohle. Wichtig ist der Fersenitz: Die Ferse darf keinesfalls rutschen.

→ Preisrahmen: 250 bis 350 Franken