

*Trampel's*  
**kleiner**  
**Ausrüstungs – Ratgeber**



**Allen Sifüs gewidmet, die an der Ausrüstung  
ihrer Sipplinge verzweifelt sind.**

© 2009 by Trampel

## Das Fahrtengepäck

- Rucksack
- Wanderschuhe
- Schlafsack, Ami-Hülle
- Isomatte
- Poncho
- Fahrtenmesser, Taschenmesser
- Kochgeschirr, Besteck, Holzbrettchen
- Feldflasche und Becher
- Kerzen und Streichhölzer
- Kleine Taschenlampe (eine pro Sippe genügt)
- Pfadfinderkluft
- Juja und Isländer, evtl. Handschuhe
- Fahrtenhose
- Wollsocken und Strümpfe
- Reservewäsche
- Lederfett und Lappen
- Waschpäckchen, kleines Handtuch
- Sonnen- und Mückenschutz
- Wasserdichte Dokumenthülle, Schreibzeug, Liederbücher
- Ausweis, Impfpasskopie, Krankenschein
- Brustbeutel
- evtl. Gitarre und Fotoapparat
- Schwimmzeug
- Kompass (einer pro Sippe genügt)
- Mundvorrat
- AB-Päckchen (am Körper tragen)
- Sippenmaterial (1/3 Sippe, 2/3 persönliches Gepäck)

## Allzeit-Bereit-Päckchen

Verbandspäckchen, Pflasterstreifen, Leukoplast, Bleistift, Papier, Nähzeug, Flicker, Schnürsenkel, feste Schnur, 1 Korke, 1 Kerze, Streichhölzer (Überallzünder wasserdicht verpackt), Draht, Alufolie, Telefon-Notgroschen, Ledernieten für Schnellreparaturen, Sicherheitsnadeln, Plastiktüte (Wassertransport), Taschenmesser, Aspirin.

## **Rucksack**

Der Rucksack ist neben Schlafsack und Wanderschuhen der wichtigste Ausrüstungsgegenstand des Pfadfinders.

Ein guter Rucksack muss folgende Teile haben:

- 65-70 Liter Volumen incl. Seitentaschen
- Robustes Material
- Innengestell-Tragesystem, verstellbar
- Richtige Rückenlänge, bequemes Rückenbett
- Breiter gepolsterter Hüftgurt
- Breite, gut gepolsterte Trageriemen
- Seitentaschen (möglichst fest angenäht)
- Dezentere Farbgebung

Heute sind alle modernen anatomisch ausgeklügelten Rucksäcke aus robusten Kunstfasern (Cordura, Ardura, G 2000) hergestellt. Die renommierten Hersteller gewähren lebenslange Garantie. Auch gibt es mehrere Tragesysteme verschiedener Hersteller.

Größe und Packgewicht müssen dem Träger angepasst sein. Wölflinge sind schon mit 5-8 kg gut bedient und sollten nicht mit Riesenrucksäcken, die in der Kniekehle hängen, herumlaufen. Für den erfahrenen Pfadfinder sind 15-25 kg Gepäck normal, bei Bergtouren 10-15 kg.

### **Mein Tipp:**

- Rucksäcke renommierter Hersteller, z.B. BERGHAUS, LOWE, BACH, TATONKA, FINNMARK, DEUTER
- Es muss ein Innengestell-Rucksack sein
- Im Laden anpassen lassen und mit Gewicht testen

Der Rucksack muss die gesamte Ausrüstung aufnehmen können.

- Es ist Unsinn, wenn das halbe Gepäck wie bei einem fliegenden Händler außen am Rucksack herum baumelt!

### **Pflege:**

Rucksack säubern und trocken lagern. Rechtzeitig alle Nähte auf Schwachstellen prüfen und Löcher flicken.

Hakelige Reißverschlüsse werden mit Seife wieder gängig.

## Anpassen des Rucksacks

Faustregel:  $\frac{3}{4}$  des Gewichtes trägt der Hüftgurt,  $\frac{1}{4}$  die Schultergurte. Wenn die Lageverstellgurte abreißen, sind die Schultergurte falsch eingestellt, die das Hauptgewicht tragen sollen. Für den optimalen Tragekomfort muss das Tragesystem der Rückenlänge angepasst werden. Zu empfehlen ist folgendes Vorgehen:

- Den Rucksack mit ca. 10-15 kg Ausrüstung „realistisch“ beladen, damit die Funktion aller Teile voll erkennbar wird.
- Alle Gurte, insbesondere Hüftgurtstabilisierung und Lageverstellung lösen.
- Rucksack aufsetzen und Schultergurte durch Zug nach unten locker anziehen.
- Hüftgurt um den Hüftknochen legen, schließen und gut festziehen.
- Schultergurte nun so fest anziehen, dass der Hauptanteil vom Rucksackgewicht noch auf der Hüfte bleibt.
- Lageverstellgurte anziehen (s. Skizze).
- Den Sitz vor einem Spiegel kontrollieren. Als Faustregel gilt: Der Hüftgurt umschließt den Hüftknochen im oberen Bereich. Die Schultergurte liegen überall auf. Die Lageverstellgurte gehen von der Schulter leicht aufwärts zum Rucksack.



## Packen

10. Pfadfinderregel: „Ich will kein Pack-Esel sein!“

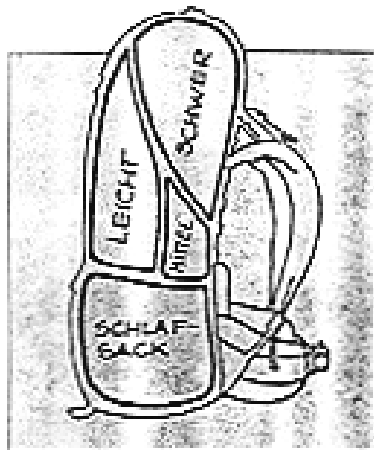
### Die drei goldenen Packregeln:

- Weniger ist mehr - beschränke dich auf das Notwendigste
- Gute und gepflegte Ausrüstung spart überflüssigen Reservekram
- Eine gute Packtechnik spart enorm viel Platz

Das Gewicht sollte so verteilt sein, dass der Schwerpunkt am Rücken und in Schulterhöhe liegt (siehe Skizze). Kleine Packbeutel sorgen für Ordnung im Rucksack. Zu stark komprimierte Packbeutel erzeugen tote Winkel. Solche Packlöcher lassen sich z.B. mit Socken ausstopfen.

Schlafsack + Ami-Hülle	→ Bodenfach
Klamotten etc.	→ Hauptfach
Kohtenplane	→ Hauptfach, oben
Poncho	→ Hauptfach, ganz oben
Kleinkram	→ Seitentaschen
Futter	→ Deckeltasche
Gestänge, Beil, Säge	→ Außenriemen
Isomatte	→ Auf die Deckeltasche
Feldflasche	→ Seitentasche
Koschi, Topf	→ Hauptfach (!)

Packt euch nichts Hartes in den Rücken und nichts nach oben, was hin und her schwappt. Achtet außerdem auf eine sinnvolle Packreihenfolge: Was häufig gebraucht wird nach oben und außen. Bei Rucksäcken mit „Bauchreißverschluss“ muss man darauf weniger achten.



## **Wanderschuhe**

Heutzutage ist es schwer, Schuhe zu finden, die unseren Ansprüchen genügen. Was in den Katalogen angeboten wird, ist zu 90% Schrott. Ein guter Wanderschuh muss folgende Teile haben:

- Hochgezogener Schaft mit guter Knöchelunterstützung
- Obermaterial: Robustes Glattleder, kein Velours-Leder!
- Doppelt genähte Vibram-Profilsohle ohne Gummileiste
- Innenmaterial: Weiches Leder, evtl. Goretex-Futter
- Metallösen und Tiefzughaken
- Gutes Stoßdämpfer-Innenfußbett

Wanderschuhe müssen bequem, wasserdicht aber atmungsaktiv und nicht zu schwer sein. Wer hier Kompromisse eingeht, ist selber schuld.

Alle Nähte des Schuhs, die man nicht mit Fett erreicht, werden irgendwann undicht. Die Gummileisten am Sohlenrand lösen sich meist nach einigen Fahrten ab und man hat einen undichten Schuh, dessen Sohlennaht nicht zugänglich ist.

Ob das moderne Goretex-Innenfutter Vorteile bringt, ist umstritten.

### **Mein Tipp:**

- HANWAG - Guffert Top, - Bergler, - Bergell Top
- DACHSTEIN - Semmering
- MEINDL - Ortler, - Perfect, - Super-Perfect

Den teuren „Schuh fürs Leben“ sollte man sich erst dann zulegen, wenn man nicht mehr wächst. Im Wanderschuh trägt man dünnere weiche Innensocken und darüber grobe Wollsocken, sonst gibt es Blasen. Der Schuh muss also in der entsprechenden Größe gekauft werden. Es darf nichts drücken oder scheuern.

- Neue Wanderschuhe müssen mindestens 1 Woche vor Fahrtenbeginn konsequent eingelaufen werden!

### **Pflege:**

Schuhe reinigen, mit Spezialwachs oder Lederfett imprägnieren, Nähte, Haken und Schnürsenkel kontrollieren, abgelaufene Sohlen beim Schuster erneuern lassen.

## **Schlafsack**

Mit einem guten Schlafsack steht und fällt das Fahrtenvergnügen. Auch hier gibt es viel Schund und wer am Schlafsack spart, muss selber frieren!  
Ein guter Schlafsack muss folgende Teile haben:

- Mumienform, nicht zu lang und nicht zu kurz
- Reißverschluss-Abdeckung und Wärmekragen
- Kammersystem ohne durchgesteppte Nähte (Kältebrücken)
- Füllung: Daunen oder Kunstfaser
- Innenmaterial: Baumwolle oder Kunststoff
- Richtig dimensionierter Packbeutel
- Segeltuch-Schutzhülle (Ami-Hülle)

Die Grundentscheidung ist die des Füllmaterials. Hier ein Vergleich.

### **Daunen:**

Unübertreffliche Wärmeleistung, geringes Gewicht, geringes Packvolumen, hohe Lebensdauer, Einbußen in der Wärmeleistung bei Feuchtigkeit, empfindlich gegen Feuchtigkeit, lange Trockenzeit.

Verhältnis Daunen/Kleinfedern mindestens 70:30, besser 80:20, für extreme Kältegrade 90:10.

### **Kunstfaser:**

Gute Wärmeleistung auch bei Feuchtigkeit, höheres Gewicht, höheres Packvolumen, geringere Lebensdauer als Daunen, kurze Trockenzeit.

### **Mein Tipp:**

- Markenschlafsäcke renommierter Hersteller, z.B. AJUNGILAK, FINNMARK, FOUR SEASONS, MERU, YETI
  - Ich bevorzuge Daunenschlafsäcke
  - US-Mumienschlafsäcke (gemütlich, aber schwer)
  - US-Schlafsacküberzug aus Segeltuch (gegen Funkenflug)
- Ein Pfadfinder-Schlafsack muss Minusgrade aushalten! Die mitgelieferten Packbeutel sind meistens zu groß. Hier hilft ein kleinerer Beutel oder ein Kompressionsbeutel. In Daunenschlafsäcken schläft man mit möglichst wenigen Klamotten am wärmsten.

### **Pflege:**

Auslüften und ausgebreitet trocken lagern. Schlafsäcke mit beiden Füllmaterialien sind mit Spezialeife waschbar. Dies sollte höchstens einmal im Jahr erfolgen. Im Wäschetrockner bei moderater Temperatur zusammen mit einem sauberen Turnschuh (Auflockerung der Daunen) vortrocknen. Eine Woche ausgebreitet nachtrocknen lassen (nicht in der prallen Sonne).

## **Isomatte**

Isoliermatten sollen die Bodenkälte abhalten und den Schlafkomfort erhöhen. Sie müssen aus Schaumstoff (Neopren oder Evazote) und 10-12 mm dick sein. Alu-„Bratfolien“ und Luftmatratzen sind absoluter Mumpitz! Sie sollten Körperlänge und 50 cm Breite haben.

### **Mein Tipp:**

- Neopren-Isoliermatte, 12 mm dick (billig, robust und warm)

Es empfiehlt sich, die Ecken abzurunden, dann hält sie länger. Wer sich verwöhnen möchte, sollte sich eine „Therm-A-Rest-Matte“ leisten. Die sind aber teuer und empfindlich gegen Funkenflug.

### **Pflege:**

Mit Wasser reinigen, Einrisse mit Tape reparieren. Bloß nicht versuchen, Löcher zuzuschmelzen - kleiner werden sie nicht!

## **Kochgeschirr und Trinkbecher**

Das Kochgeschirr sollte aus Aluminium oder Edelstahl ohne Emaille-Beschichtung oder Lackierung sein, da sonst beim Erhitzen auf dem Feuer schädliche Stoffe frei werden können. Dasselbe gilt auch für den Becher und das Essbesteck.

### **Mein Tipp:**

- Amerikanisches Armeekochgeschirr (oval)
- Edelstahlbecher
- Edelstahlbesteck (Gabel, Löffel, Dosenöffner)
- Holzbrettchen

Mit etwas Bastelgeschick kann man das Holzbrettchen in die größere Hälfte des US-Koschis einpassen. In ein Koschi gehören auch immer Streichhölzer und ein paar Kerzen.

### **Pflege:**

Flugrost entfernen. Regelmäßig heiß und mit Spüli reinigen, sonst droht die Rache Montezumas (insbesondere auf Lagern)!

- Mit außen am Rucksack klapperndem Koschi durch den Wald zu laufen, ist eine Unart!



## **Feldflasche**

Die Feldflasche kann aus Aluminium oder Kunststoff sein. Kunststoff hat den Vorteil, dass er nicht verbeult. Als Verschluss haben sich Bügelverschlüsse bewährt, denn Schraubverschlüsse gehen gerne verloren. Für Brennstoffe sind Alu-Flaschen mit Schraubverschluss besser, weil dichter.

**Flaschen mit Brennstoffen müssen auffällig mit einem Warnhinweis versehen und stets von Trinkflaschen getrennt gehalten werden!**

Am besten, man benutzt überhaupt keine Schraubverschluss-Flaschen für Getränke, um Verwechslungen auszuschließen.

Der Inhalt der Feldflasche ist immer 1 Liter **Wasser**, damit sich die Sippe im Notfall ein Süppchen kochen kann. Außerdem lassen sich Verbrennungen schlecht mit Orangensaft kühlen! Wassersäcke haben den Vorteil, dass sie kein Gewicht haben und sich leer klein zusammenfalten lassen. Leider sind sie nicht ganz geschmacksneutral.

### **Mein Tipp:**

- ORTLIEB - Wassersack (1 oder 2 Liter)
- Alfaran - Flaschen mit Bügelverschluss
- Für Brennstoffe: SIGG - Aluminiumflaschen

### **Pflege:**

Gut ausspülen und offen lagern. Es schadet nicht, wenn man einen Ersatz-Dichtgummi (Fahrradschlauch-Stück) oder einen Korken dabei hat.

## **Poncho**

Ein Poncho muss absolut wasserdicht, robust und unauffällig gefärbt sein. Der Pfadfinder benutzt ihn als Schlafunterlage, Regenschutz, für Not-Zelte, für den Bau von Verletzten-Tragen, zur Gepäcktarnung und zum Transport von Wasser und Feuerholz.

### **Mein Tipp:**

- US-Armee-Poncho, beidseitig gummiert

### **Pflege:**

Reinigen, Löcher mit Fahrradfliegen oder Poncho-Kleber flicken, Einrisse nähen, kaputte Ösen ersetzen. Möglichst nie nass zusammenpacken, sonst modert er und wird morsch!

## **Fahrtenhose**

Eine gute Fahrtenhose muss vor allem bequem und robust sein. So robust, dass man keine Ersatzhose einpacken muss ! Deren Gewicht ersetzt man besser durch ein gut bestücktes Nähzeug. Zum Wandern sind am besten Kniebundhosen aus Leder oder starker Baumwolle (Moleskin) geeignet. Die Hose muss gute Bewegungsfreiheit beim Laufen bieten und darf am Knie nicht zu knapp sein. Dazu trägt man einen Ledergürtel, der zur Befestigung von Utensilien dient. Bei den schwereren Lederhosen sind Hosenträger oft günstiger, aber sie dürfen beim Rucksacktragen nicht stören.

### **Mein Tipp:**

- Kniebund-Lederhosen
- BW-Moleskin-Kniebundhosen (schwarz gefärbt)
- FJELLRÄVEN-Grönland-Jeans

Die im Alltag so praktischen Jeanshosen sind als Fahrtenhose ungeeignet. Lederhosen sollte man sich erst zulegen, wenn man ausgewachsen ist. Bei Südländfahrten kurze Hosen einpacken! Lederhosen scheuern am Anfang etwas, bis sie weichgelaufen sind. Hier hilft eine umgeschlagene lange Unterhose und Hirschtalg, wenn man sich trotzdem einen Wolf gelaufen hat.

### **Pflege:**

Stoffhosen waschen und Schwachstellen rechtzeitig überflicken. Lederhosen danken es, wenn man fleißig sein fettiges Messer an ihnen abwischt, besonders dort, wo sie weich werden sollen.

## **Juja und Isländer**

Die traditionelle Juja (Jungenschafts-Jacke) ist und bleibt die beste Fahrtenjacke. Es gibt sie aus Kohtenstoff (Sommerjuja) oder aus dickem Wolltuch (Winterjuja). Der Kragen kann in eine Stülp-Kapuze verwandelt werden. Die Winterjuja trocknet schnell und wärmt auch, wenn sie nass ist. Wenn man dazu noch einen dicken Wollpullover (Norweger/Isländer) dabei hat, kann einem auch auf Winterfahrt nicht viel passieren. Die Sommerjuja ist luftig, leicht und unempfindlich.

### **Mein Tipp:**

- Kohtenstoff-Juja (Bundeskämmerei)
- Wolltuch-Juja (Bundeskämmerei)

- Marine-Takelblusen (für den Sommer)
- Es ist ein absolutes Unding, wenn Pfadfinder in knallbunten Anoraks durch die Lande wandern!

### **Pflege:**

Woll-Jujas nicht waschen, sondern nur ausbürsten und lüften. Stoff-Jujas wie Bundeshemden waschen.

Vorsicht: Beide neigen zum Ausfärben, wenn sie noch neu sind!

### **Fahrtenmesser**

Für den Pfadfinder ist das Messer ein Werkzeug und keinesfalls eine Waffe! Ein gutes Messer muss folgende Teile haben:

- Robuster und wackelfreier Holzgriff
- Rostfreie Klinge mit guter Schnitthaltigkeit
- Enganliegende Lederscheide zur sicheren Aufbewahrung

Alles andere ist Schnickschnack und oft sogar gefährlich. Vergesst also all die tollen Survival-Messer in den Katalogen! Solcher Unfug gehört nicht zur Pfadfinder-Ausrüstung.

### **Mein Tipp:**

- Takelmesser (Bundeskämmerei)
- Hunter-Messer (Norweger-Messer)
- Finnenmesser mittlerer Größe

Eine Klingenlänge von 12-13 cm ist völlig ausreichend. Für Wölflinge empfiehlt sich ein OPINEL-Klappmesser (Größe 8 oder 9). Das Fahrtenmesser wird am Gürtel oder im Rucksack transportiert.

- Achtung: In manchen Ländern ist das offene Tragen feststehender Messer verboten. Dann muss es im Rucksack bleiben!

### **Pflege:**

Regelmäßig mit einem entsprechenden Spezialgerät nachschärfen, Flugrost entfernen, Griff einölen, Lederscheide fetten.

- **Nur ein scharfes Messer ist ein sicheres Messer!**

## **Kompass**

Es ist sinnlos, einen Kompass mit sich zu tragen, wenn man nicht damit umgehen kann! Ansonsten genügt einer pro Sippe. Für einen Sifü sollte die Anwendung des Kompasses klar sein.

Ein guter Kompass muss folgende Teile haben:

- Große Dose, lange Kompassnadel (mit Leuchtmarkierung)
- Öldämpfung
- Kreiseinteilung (Grad oder Marschzahl)
- Lange Anlege-Kante, Hilfslinien für die Kartenarbeit
- Spiegel
- Kimme und Korn mit Leuchtmarkierungen
- Missweisungskorrektur
- Gummifüße gegen Verrutschen

Mini-Kompasse im Messergriff oder als Reißverschluss-Anhänger sind absoluter Schwachsinn! Sie zeigen überall hin, bloß nicht nach Norden, besonders, wenn Metall in ihrer Nähe ist. Wer seine Karte mit Metallgegenständen beschwert, ist ein großer Esel!

### **Mein Tipp:**

- SILVA - 15 TD CL
- ESCHENBACH - Alpin
- RECTA - DS 50 G

### **Pflege:**

Kompass in einem Ledertäschchen aufbewahren und sauber halten, damit keine Sandkörner die Dose blockieren. Verblasste Hilfslinien mit Folienschreiber nachziehen. Eine kleine Luftblase in der Dose stört die Anzeige nicht.

Sie bildet sich bei niedriger Temperatur oder niedrigem Luftdruck und verschwindet von selbst wieder.

### **Literatur zur Arbeit mit Karte und Kompass:**

- Lilienprobe-Ordner unseres Stammes
- „Orientierung mit Karte und Kompass“ von Wolfgang Linke