



Fahrten und Orientierung

- ☐ **Kundschafter:** Packer dein Gepäck zweckmäßig für ein Camp.
- ☐ **Pfadfinder:** Stelle dein Gepäck für einen Hajk so zusammen, dass du es bequem tragen kannst.

Last auf Hajk?

Im Laufe der Jahre habe ich schon einige Rucksäcke gepackt und geschleppt, aber mir wenige Gedanken gemacht, wie viel etwas wiegt.



Nach dem Motto „Was mit muss, muss mit!“ habe ich meinen Rucksack immer voll bekommen. Aber für diesen Beitrag habe ich mal etwas für mich ganz Neues gemacht: Ich habe meine Sachen vor dem Packen Stück für Stück auf der Küchenwaage gewogen und – wenn ich die Auswahl hatte – die leichteren Sachen eingepackt, es sei denn, es gab einen guten Grund, mich dagegen zu entscheiden.



Jahrelang hatte ich nach Wanderungen Blasen an den Füßen und Löcher in den **Socken** und dachte, das sei normal. Bis ich mal „richtige“ Wollsocken zu Weihnachten bekam ... nicht die selbstgestrickten von Oma mit unregelmäßigen und großen Maschen, die an jeder Stelle kratzen, sondern dicke, flauschige Merino-Wandersocken mit allem, was die Technik zu bieten hat (für fast 20 Euro das Paar). Für mich bis dahin unbegreiflich, wenn es doch Socken im Fünferpack für fünf Euro gibt. Aber seitdem ich sie trage, habe ich keine Blasen mehr, und ich nutze dieses Paar schon mindestens sechs Jahre. Ich musste also neu rechnen: „Was kosten jedes Mal neue Blasenpflaster?“ – „Wie lange halten die Ein-Euro-Socken im Vergleich zu den 20-Euro-Socken?“ Und „Was ist mir meine Gesundheit wert?“



Anders verhält es sich mit der **Bitwakplane**, die mich Jahre begleitet hat: eine Baumarkt-Abdeckplane (2 x 3 m, 150 g/m² ca. 5 Euro). Die hat mich bei Regen, Wind und auch Schnee trocken gehalten – und selbst einige Feuer unter sich beherbergt –, ohne allzu viele Löcher abzukriegen. Erst nach über zehn Jahren war es Zeit für eine neue, nachdem eine Öse ausgerissen ist und die halbe Kante mitnahm. Wenn ich daran denke, sie gegen ein „Marken-Tarp“ für den zehnfachen Preis (oder aus China 4-fach) einzutauschen, das etwas leichter ist, aber viel anfälliger für Dornen oder Funkenflug, dann trage ich lieber ein halbes Kilo mehr.



Ich hatte erst vor kurzem auf einem Hajk eine „normale“ 1,5-Liter-PET-Pfandflasche zwecks Gewichtsparsnis dabei. Sie ist mir am ersten Abend runtergefallen und genau auf einem spitzen Stein gelandet und aufgeplatzt. Das war nicht weiter schlimm, es gab ja Versorgungsstationen, wo ich sie austauschen konnte. Aber was, wenn nicht? So etwas passiert selten, ich kann mich nur an max. vier „geplatze Flaschen“ in meinem Leben erinnern, aber es ist jedes Mal ärgerlich. Dafür gibt es aber **Trinkflaschen** (manchmal auch Brennstoffflaschen genannt) von bekannten Herstellern. Ich habe auch welche, aber „Gewichtsparsen“ ist nicht ihr Vorteil, sondern vielmehr „Stabilität“ und „Verlässlichkeit“. Wenn es also um längere Touren ohne „Nachschub“ geht, nehme ich trotz des Gewichts diese mit.

TIPP 1

Nehmt erst die Sachen mit, die ihr zur Verfügung habt, und investiert nur in wirklich wichtige Dinge (oder schreibt – wie ich – Wunschlisten). So könnt ihr langsam euren Bestand an „Luxus“ ausbauen.

TIPP 2

Macht euch vorher Gedanken, was euch wichtig ist, worauf ihr nicht verzichten wollt und worauf schon. Vergleiche Produkte, lasst euch beraten, bevor ihr etwas kauft.

Für diese Packliste gehe ich von einem Team-Wochenendhajk mit zwei Übernachtungen ohne großen Nachschub (außer evtl. etwas Wasser) aus.



Lust auf Hajk?



Um nichts zu vergessen, teile ich mein Material in verschiedene Grundbedürfnisse: Schlafen/Unterkunft, Kleidung, Nahrung/Wärme, Gesundheit/Hygiene, Orientierung und – falls noch Platz und Bedarf ist – auch Spaß.

Schlafen/Unterkunft

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN	ALTERNATIVEN
PLANE ¹ (Baumarkt-Version) 950 g	490 g
TAUWERK ¹	50 g 50 g
ISOMATTE Komfort 940 g	120 g bis 300 g
SCHLAFSACK Daune 970 g Kunstfaser 1700 g	
SCHLAFANZUG (kurz) 195 g (lang) 480 g	
LAMPE 36 g	ab 100 g

außerdem vielleicht Hängematte, Mosquitonet ...

3141 g 3120 g
2141 g² 2580 g²



Kleidung

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN	ALTERNATIVEN
ERSATZKLUF ²	520 g 520 g
HOSE ² („Outdoor“) 432 g (Jeans) 714 g	
REGENHOSE ²	200 g 200 g
HANDSCHUHE ²	59 g ab 83 g
UNTERWÄSCHE (kurz) 50 g (länger) ab 90 g	
SOCKEN (Wolle) 94 g (Cotton) 50 g	
T-SHIRT (Wolle) 145 g (Cotton) 158 g	
PULLOVER (Wolle) 210 g (Cotton) ab 500 g	
REGENJACKE („Marke“) 593 g („no-name“) 800 g	
MÜTZE 47 g	120 g

außerdem vielleicht Ersatzschuhe, Sandalen, Gamaschen ...

2350 g 3235 g
1139 g² 1718 g²



Nahrung/Wärme

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN	ALTERNATIVEN
NAHRUNGSMITTEL 2000 g	2000 g
WASSER 3000 g	3000 g
WASSERFLASCHEN 2 x 28 g	2 x 204 g
GESCHIRR 360 g	525 g
KOCHER ^{1,3} 1265 g	990 g
BRENNSTOFF ³ 750 g	750 g
BRENNSTOFFFLASCHE ¹ 27 g	200 g
FEUERZEUG/STREICHHÖLZER ¹ 50 g	50 g

außerdem vielleicht Wasserfilter, Beil, Säge, Faltschüssel ...

7508 g 8198 g
5416 g² 5933 g²/5658 g²

Gesundheit/Hygiene

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN	ALTERNATIVEN
HANDTUCH (Mikrofaser) 208 g (Frottee) ab 236 g	
BADESACHEN 77g	158 g
KLOPPAPIER 25 g	120 g
SPÜLMITTEL/SCHWAMM ² 78 g	205 g
SCHAUFEL ³ 125 g	125 g
ERSTE-HILFE-SET ³ 250 g	ab 300 g
SEIFE 100 g	100 g
NÄHSET 100 g	100 g
HYGIENEARTIKEL/MEDIKAMENTE 200 g	ab 250 g

außerdem vielleicht Nagelklipper/Waschlappen/ Sonnencreme/Dusche ...

763 g 1157 g
410 g² 627 g²

Orientierung

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN	ALTERNATIVEN
KARTE(-N) 0 g	0 g
KOMPASS 0 g	0 g
BIBEL ³ 275 g	ab 200 g

außerdem vielleicht GPS, Sextant, Uhr ...

275 g 200 g
55 g² 40 g²

Spaß

hier nicht gemessen: z. B. Musikinstrumente, Bälle, Spielkarten, Bücher, Fotoausrüstung, ...

Insgesamt

„MEINE“ GEWICHTSMESSUNGEN ALTERNATIVEN
14037 g 16010 g
9106 g^{1/2/3} 10858 g^{1/2/3}

¹ Weil manche Sachen auch für zwei Personen reichen, können die beiden das Gewicht untereinander teilen.

² Vielleicht willst du Gewicht sparen und ganz auf diese Sachen verzichten.

³ „Gemeinschaftslast“ – unter bis zu fünf Teammitgliedern teilbar.

