



So packen Sie Ihren Rucksack richtig:

Was hilft Ihnen der beste Rucksack, wenn der Rucksack nicht optimal gepackt ist? Rucksäcke richtig und effizient zu packen ist einfach, wenn Sie einige Regeln beachten. Ein qualitativ hochwertiger Rucksack hat ab einem Volumen von 45 Litern meistens ein Bodenfach. Erfahrene „Outdoorer“ beladen ihre Rucksäcke von unten nach oben. Vergewissern Sie sich vor dem Bepacken, dass dieses Fach im Inneren des Rucksacks geschlossen ist.

1. Zuerst das Bodenfach:

In das Bodenfach des Rucksacks packen Sie am besten Ihren Schlafsack und die Wechselwäsche. Der positive Effekt ist, dass es dadurch zu einer Versteifung des Tragesystems der Rucksäcke kommt. Ihr Rucksack trägt sich somit komfortabler. Damit der Schlafsack und die Wechselwäsche trocken bleiben, sollten Sie diese zuerst in einen wasserdichten Packsack (ein Müllbeutel tut es auch) und dann in das Bodenfach des Rucksacks stopfen.

2. Besonders wichtig: das Hauptfach richtig bepacken:

Beim Bepacken des Hauptfachs eines Rucksack gilt es die Physik zu beachten: Je weiter außen schwere Gegenstände im Rucksack verstaut sind, um so mehr zieht es den Träger nach hinten. Dies ist bei einem großvolumigen Rucksack sehr kräftezehrend. Deshalb sind in einem optimal bepackten Rucksack alle schweren Gegenstände nah am Rücken und mittig gelagert. Diese Art Rucksäcke zu packen dient auch der eigenen Sicherheit: Wird die schwere Ausrüstung in einem Rucksack willkürlich überall verteilt, schaukelt der Wanderrucksack beim Gehen gefährlich hin und her. Besonders im unwegsamen Gelände stellen schwankende Rucksäcke ein erhebliches Gefahrenpotenzial dar.

3. Hauptfach stabilisieren:

In Ihrem Rucksack haben Sie nun alle schweren Dinge am Rücken verlaufend eingepackt. Um zu verhindern, dass im Wander Rucksack alles nach wenigen Kilometern durcheinander fällt, gilt es die Hauptlast zu stabilisieren. Seitlich und in den äußeren Bereich des Rucksacks kommen deshalb Sachen, die leicht sind und ein großes Volumen haben. Ideal ist für diesen Zweck die Ersatzkleidung. Seitlich sind die Balgtaschen im Rucksack eingelassen. Packen Sie in diese alles ein, was innerhalb kurzer Zeit griffbereit sein muss. In jene Taschen der Rucksäcke kommen z.B. die Sonnencreme, das Erste Hilfe Set, der Regenponcho oder die Energieriegel. Ein hochwertiger Rucksack ist meistens mit einer inneren und äußeren Deckeltasche ausgestattet. Die innen liegende Tasche der Rucksäcke ist für Wertsachen und wichtige persönliche Dinge konzipiert. Hier sind z.B. die Ersatzbrille, der Ausweis, der Schlüsselbund und die Geldbörse im Rucksack perfekt verstaut.



4. **Schnell greifbar - die Deckelfächer:**

Das obere Deckelfach vom Rucksack ist für die Aufbewahrung von Karte und Kompass bzw. dem GPS-Gerät geeignet. Wenn Sie bei Ihrer Outdoor-Tour nicht auf Mobiltelefon und MP3Player verzichten wollen, befestigen Sie auf dem Deckelfach des Rucksacks ein tragbares Solarpanel. So können Sie unterwegs mit dem Rucksack Strom für das GPS-Gerät erzeugen.

5. **Vermeiden Sie, dass der Wanderrucksack schaukelt:**

Um auf den Rücken schaukelnde Rucksäcke zu vermeiden, sollte nichts außen am Rucksack befestigt werden. Über diese Regel kann man auch im Einzelfall hinwegsehen wenn die zu begehende Route nicht durch unwegsames Gebiet führt.

Vor dem Kauf eines Rucksacks sollten Sie sich unbedingt in einem Fachgeschäft beraten lassen. Größe und Gewicht richten sich nach dem Vorhaben! Meine Erfahrungen haben gezeigt, dass man besonders im Bereich Rucksack auf Markenqualität zurückgreifen sollte. Schnell sind Trageriemen etc. ausgerissen und zwar an Orten an denen man es gerade nicht benötigt.