

NEU MIT TESTSIEGEL

PRAXISTEST

Praxistest?

Wir meinen es wörtlich!

Auch 2011 setzen wir unsere beliebten und erfolgreichen Praxistests fort. Diesmal dreht sich alles um die essentiellen Themen Unterwäsche und Socken. Im Folgenden stellen wir die getesteten Produkte kurz mit Foto und den Informationen der Hersteller, sowie mit Angabe des aktuellen Ladenpreises und des von uns ermittelten Gewichts vor. Positivmerkmale kennzeichnen wir mit einem Pluszeichen und grüner Farbe. Rot kennzeichnet die Nachteile, schwarz markiert sind test-neutrale Aspekte. Unsere Praxistests sind nicht als konkurrierender Vergleich ausgelegt, da die von uns unter die Lupe genommenen Produkte nicht immer für identische Bedingungen entwickelt worden sind.

Unabhängig: die Hersteller haben weder Einfluss auf die Durchführung noch auf das Ergebnis der Tests. Wir stellen Vor- und Nachteile der Produkte so objektiv wie möglich dar. Oberstes Ziel aller Tests ist es, möglichst nützliche und praxisnahe Informationen zu bieten.

Ein Praxistest für Wäsche oder für Socken kann jeweils nur einzelne Modelle vorstellen. Selbstverständlich gibt es zu den im Test beschriebenen Modellen je nach Hersteller einige Variationen in Form und Farbe. Die wesentlichen Eigenschaften bleiben jedoch unverändert und sind daher z.B. von einem Kurzarmshirt auf ein ärmelloses Shirt oder von einer halbhohen Wandersocke auf eine ebensolche in $\frac{3}{4}$ Länge übertragbar.



Quelle Raffineriefoto: BP

Quelle Merionofoto: Icebreaker



FUNKTIONSWÄSCHE UND WANDERSOCKEN

Alle ausführlichen Testberichte sowie ein Archiv mit den Produkttests der letzten Jahre finden Sie zum kostenlosen Download unter www.wandermagazin.de im Menüpunkt „Ausrüstung“.

Funktionswäsche und Socken im Überblick

Im vorliegenden Bericht geht es um die wichtigsten Bekleidungs-schichten überhaupt: um Funktionswäsche und um Socken. Sie wirken im Verborgenen und doch sind beide absolut essentiell. Und nur wenn wir bei diesen Themen alles richtig machen, kann aus der Wandertour auch ein uneingeschränkter Wanderspaß werden.

Unterwäsche liegt direkt auf unsere Haut auf, sie sorgt dafür, dass überschüssiger Schweiß abtransportiert wird und reguliert zugleich die Körpertemperatur. Gelingt das nicht, kann auch die darüber getragene Hightechbekleidung nicht die volle Funktion entfalten, denn was die Wäsche direkt am Körper nicht schafft, kann weiter außen nicht mehr ausgeglichen werden.

Langsam zeichnet sich beim Thema Funktionswäsche ein Umdenken im Material ab. Beherrschten vor Jahren klar die Kunstfasern diesen wichtigen Markt, ist es nun Merinowolle, die vehement um die Spitzenposition kämpft.

Und wie sieht es an den Füßen aus? Nur mit den jeweils passenden Socken wird eine Wandertour tatsächlich zum Vergnügen. Dabei ist es sehr wichtig, die richtige Kombination von Wanderschuhen und Wandersocken zu nutzen. Denn nicht jede Socke passt zu jedem Schuh, „die“ Lieblingssocke für alle Gelegenheiten und Schuhe gibt es nicht. In puncto Material gibt es ein breites Variationsfeld mal mit, mal ohne Merinowolle. Wichtig sind bei Socken auch die Dicke und die Kompressionswirkung – je nach persönlichen Vorlieben oder Einsatzgebiet. Und dann gibt es da noch ganz spezielle, doppelagige Wandersocken...

Produkte im Wäsche Test 2011: von Icebreaker Produkte der GT 150er Serie, von Smartwool das NTS Sport Tee, von Odlo die Evolution Light Serie, von The North Face die Light und die Hybrid Serie und von X-BIONIC® das Energizer Shirt.

Produkte im Socken Test 2011: von Bridgedale die Endurance Trail, von Icebreaker der Hike Lite Crew und der Hike Trek Crew, von Keen der Boulder Canyon Crew Mid, von Smartwool der PhD Outdoor Medium Crew, von WRIGHTSOCK die Walking Crew und von X-SOCKS® die Trekking Extreme Light Socken.

Tipp: Lieber in eine hochwertige Grundausstattung von Wäsche und Socken investieren, als ein Hemd mit tollem Markenlogo kaufen. Das Zwiebelschalenprinzip fängt ganz unten an – auf unserer Haut!

Test-Bedingungen:

Region: Deutsche Mittelgebirge (Mittelrheintal, Moseltal, Hunsrück, Eifel, Sauerland, Siegerland, Spessart, Taunus, Pfälzerwald).

Strecken: von 3 bis 26 km; bis zu 950 Höhenmeter einfach pro Tag
Temperaturen: zwischen -10°C und 23°C

Wetter: trocken, sonnig, bedeckt, Nieselregen, Schauer, Dauerregen, Schneereggen, Schnee

Zeitraum: August 2010 bis Februar 2011

Neues Testsiegel: Produkte, die sich in der Praxis am besten bewähren, dabei nachhaltig sind und rundum überzeugen, erhalten ab 2011 das neue Wandermagazin Testsiegel. Die ausführliche Begründung zur Siegelvergabe unter www.wandermagazin.de/praxistest.

DIESE AUSRÜSTUNG IST 2011 IM PRAXISTEST (www.wandermagazin.de)

Was? Wo?

Mid-Layer: Fleece & Isolation, (Test nur im Internet)

GPS-Geräte fürs Wandern, Wandermagazin 157 + Internet

Funktionswäsche, auf diesen Seiten + Internet

Socken, auf diesen Seiten + Internet

Hardshell: Membranjacken, Wandermagazin 159 + Internet

Halbschuhe, Wandermagazin 159 + Internet

Was? Wo?

Hemden, Wandermagazin 160 + Internet

Hosen, Wandermagazin 160 + Internet

Wanderstiefel, Wandermagazin 161 + Internet

Softshells, Wandermagazin 161 + Internet

Rucksäcke, Wandermagazin 162 + Internet

Technik, Wandermagazin 162 + Internet



DETAILANSICHT MATERIAL

1



Odlo Evolution Light Serie

2



The Northface M's Hybrid Tights

3



X-BIONIC® Energizer Shirt

4



Smartwool M's Sport NTS Tee

5



Icebreaker GT 150 W's Dash Tank



1

Odlo Evolution Light Serie

Eng anliegende Kunstfaserwäsche (Damen/Herren)
Für kühle bis warme Witterung
Für mittlere bis hohe Aktivität

Ausstattung

- + form- und figurbetonter Schnitt
- + integrierte muskelbetonende Zonen
- + „free move“ Passform gibt optimale Bewegungsfreiheit
- + 3-D-Technologie reduziert Nähte
- + geringes Gewicht
- + pflegeleicht
- + nach Öko-Tex Standard produziert

Material & Pflege

- 75% Polyester, 19% Polyamid, 6% Elasthan
- + Maschinenwäsche bis 60°C
- + trocknergeeignet
- + kurze Trocknungszeiten

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- keine Geruchshemmung
- + ganzjährig einsetzbar

Gewicht:

- M's Boxer (XL) 60g,
- M's Shirt (XL) 114 g
- W's Panty (L) 48 g,
- W's Shirt (L) 94 g

Ladenpreis:

- Boxer / Panty: je 24,95 €,
- Shirts je 39,95 €

www.odlo.com



2

The North Face: Light & Hybrid Serie

Leichte aktive Base-Layer (Damen/Herren)
Hybrid: für kalte und kühle Witterung, Light: für kühle bis warme Witterung
Für mittlere bis hohe Aktivität

Ausstattung

- + lange Shirts mit Stehkragen und Front-RV
- + lange Funktionshosen mit Dehnbund
- + nahtlose Technologie
- + hypoallergen und geruchsabweisend
- + Hybrid: belüftete Zonen im Transpirationsbereich
- + Light: hohe Atmungsaktivität durch Aktiv-Hohlfasern
- + schneller Feuchttransfer

Material & Pflege

- Hybrid: 97% Polypropylen, 3% Elasthan
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- nicht trocknergeeignet
- + Light: sehr rasche Trocknungszeiten
- +/- Hybrid: mittlere Trocknungszeiten

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- +/- Geruchsreduzierung durch Spezialfaser

Gewicht:

- Hybrid: M's Tight (XL) 168 g
- M's Shirt (XL) 212 g
- Light: W's Tight (M) 88 g
- W's Shirt (M) 94 g

Ladenpreis:

- Hybrid: Tights 60,00 €
- Shirt 70,00 €
- Light: Tights: 40,00 €
- Shirt 50,00 €

www.thenorthface.com



3

X-BIONIC® Energizer Shirt

Funktionelles, High-Tech Shirt (Damen/Herren)
Für kühle bis warme Witterung
Für mittlere bis hohe Aktivität

Ausstattung

- + eng anliegende Passform
- + mittlere Kompression stützt Muskeln
- + Kompression verbessert Nährstoffversorgung
- + 3-D-BionicSphere® System kühlt beim Schwitzen und wärmt beim Frieren
- + AirConditioning Channel® kühlt durch Frischluftaustausch und sorgt für effektiven Feuchttransfer
- + Sweat Traps™ verhindern Rinnen des Schweißes
- + nach Öko-Tex Standard produziert

Material & Pflege

- 69% Skin NODOR™, 21% Polyamid, 7% Elasthan, 3% Mythlan™
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- nicht trocknergeeignet
- +/- mittlere Trocknungszeiten

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- + Kompression unterstützt v.a. bei hoher Aktivität
- +/- Geruchshemmung durch Skin NODOR™
- + ganzjährig einsetzbar

Gewicht:

- Men (L/XL) 114 g
- Women (S/M) 106 g

Ladenpreis:

- jeweils 70,00 €

www.x-bionic.com



FAZIT

PRAXISTEST FUNKTIONSWÄSCHE

Kunstfaser oder Naturprodukt? In punkto Pflege, Haptik und Funktion gibt es kaum mehr Unterschiede, wenn da nicht die Geruchshemmung und die Frage nach der Nachhaltigkeit der Materialien wäre...

4

Smartwool Sport NTS Tee
*Superweiches Merino-Shirt
 (Damen/Herren)
 Für kalte bis warme Witterung
 Für mittlere bis hohe Aktivität*

Ausstattung

- + Smartwool® Fasern absorbieren Schweiß und geben ihn nach außen ab
- + optimale Temperaturregulierung bei Kälte und Wärme
- + sehr gute Bewegungsfreiheit
- + körpernaher Schnitt
- + natürlich antibakteriell
- + biologisch abbaubarer, nachhaltiger Rohstoff

Material & Pflege

- 100% Merinowolle (220g/m²)
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- + trocknergeeignet
- lange Trocknungszeiten

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- + natürliche Geruchshemmung durch Merinowolle
- + hautfreundliche Naturfaser
- + ganzjährig einsetzbar

Gewicht:

- M's Shirt (XL) 214 g
- W's Shirt (L) 148 g

Ladenpreis:

jeweils 59,95 €

www.smartwool.com

5

Icebreaker GT 150 Serie
*Superfeine Merino-Wäsche
 (Damen/Herren)
 Für kühle bis warme Witterung
 Für mittlere bis hohe Aktivität*

Ausstattung

- + seitliche Einsätze mit Netzstruktur optimieren Klimaregulierung
- + dehnbar, ideale Bewegungsfreiheit
- + sehr gutes Feuchtigkeitsmanagement
- + körpernaher Schnitt
- + natürlich antibakteriell
- + biologisch abbaubarer, nachhaltiger Rohstoff
- + Rohstoffherkunft nachvollziehbar, transparente Produktion
- + nach Öko-Tex Standard produziert

Material & Pflege

- 96% Merinowolle (150g/m²), 4% Lycra
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- nicht trocknergeeignet
- + kurze Trocknungszeiten

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- + natürliche Geruchshemmung durch Merinowolle
- + hautfreundliche Naturfaser
- + ganzjährig einsetzbar

Gewicht:

- M's Shirt (XL) 164 g
- W's Tank (L) 92 g

Ladenpreis:

- M's Shirt 59,95 €
- W's Tank 49,95 €

Surftipp: Mehr zum Testsieg unter www.wandermagazin.de in der Rubrik Ausrüstung/Praxistest!

www.icebreaker.com

1 Feuchttransfer: Für einen effektiven Feuchttransfer ist es essentiell, dass die Wäsche eng am Körper anliegt. Denn nur dann können die Fasern den Schweiß effektiv aufnehmen. Also bitte eventuelle persönliche Vorlieben nach einem etwas lässigerem Schnitt hinten anstellen, sonst kann auch die beste Funktionswäsche ihre Vorteile nicht ausspielen.

2 Geruchshemmung: Wir alle schwitzen, was so auch gut ist, denn über die Verdunstung des Schweißes auf der Haut reguliert der menschliche Körper die Temperatur. Leider sorgen die allgegenwärtigen Hautbakterien aber auch dafür, dass der typische, unangenehme Schweißgeruch entsteht. Kunstfaserprodukte sind daher oft mit einer geruchshemmenden, antibakteriellen Ausstattung versehen. Im Vergleich dazu ist die natürliche Geruchshemmung der Merinowolle aber himmelhoch überlegen.

3 Tragekomfort und Haptik: Die Haptik bei den Kunstfaserprodukten entwickelt sich zunehmend positiv. Beim Anfassen fühlt sich hochwertige Kunstfaserwäsche heute weich und angenehm und nicht mehr so künstlich wie früher an.

Auch Merinowolle darf heute keinesfalls mit den Erinnerungen an kratzige Wollpullis in Verbindung gebracht werden. Funktionswäsche aus Merinowolle erweist sich als sehr anschmiegsam und weich.

4 Trocknungsverhalten: Nach dem Waschen ist Funktionswäsche auch mit etwas Restfeuchte (ca. ab 10%) wieder „tragetrocken“. Im Maschinenwaschtest mit Schleudern erreichten alle Kandidaten diesen Status nach maximal 7 Stunden.

Auch nach der Handwäsche sieht es gut aus: selbst das schwerste und dickste Shirt im Test war nach spätestens 17 Stunden tragetrocken. Damit können waschfreudige Minimalisten tatsächlich mit zwei Sätzen Funktionswäsche auch bei einer langen Tour auskommen.

5 Nachhaltigkeit: Hier tut sich Kunstfaser, auch wenn recyceltes Material (mit)benutzt wird, wirklich schwer. Merinowolle, wie sie in moderner Wäsche verwendet wird, ist sicher auch ein High-Tech-Produkt, allerdings vollkommen natürlich. Merinowolle wächst wortwörtlich nach und ist zu 100% biologisch abbaubar.



Ansicht der gewendeten Socke



Ansicht der gewendeten Socke



Ansicht der gewendeten Socke



Ansicht der gewendeten Socke

1

Bridgedale Endurance Trail Light

Leichte Wandersocke (Damen/Herren)

*Für kühle bis warme Witterung
Auch gut für Halbschuhe geeignet*

Ausstattung

- + halbhocher Schaft (weitere Modelle vorhanden)
- + doppellagiges, nicht rutschendes Bündchen
- + glatter Strick am Bein für hohen Tragekomfort
- + leichte Polsterung am Mittelfuß
- + Belüftung durch Mesh am Rist
- + WoolFusion® für lange Haltbarkeit

Material & Pflege

- 42% Nylon, 38% Wolle, 19% Endurofil™, 1% Lycra
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- + trocknergeeignet
- + gute Trocknungszeiten

Verarbeitung & Verschleiß

- +/- flach verarbeitete Nähte
- + keine aufragenden Schlingen
- +/- geringer Verschleiß, leichte Verfilzungen

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchttransfer
- + gute Polsterung in Belastungszonen
- + gute Kompressionsbereiche
- + Geruchshemmung durch Wollanteil

Gewicht:

Men (M) 50 g/ Paar
Women (M) 44g / Paar

Ladenpreis: 12,95 €

www.bridgedale.com

2

Icebreaker Hike Crew (Trek & Lite)

Merino-Wandersocken (Damen/Herren)

Heavy: für kalte und kühle Witterung; Lite: für kühle bis warme Witterung

Ausstattung

- + ¾ hoher Schaft
- + nicht rutschende Bündchen
- + verstärkte Zonen im Zehen- und Fersenbereich
- + stützende Zonen an Achillessehne
- + besonders atmungsaktive Zonen am Rist
- +/- Trek: sehr dicke Polsterung

Material & Pflege

- Trek: 70% Merinowolle, 27% Nylon, 3% Elasthan
- Lite: 77% Merinowolle, 19% Nylon, 4% Elasthan
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- + trocknergeeignet
- **Trek: lange Trocknungszeiten**
- + **Lite: kurze Trocknungszeiten**

Verarbeitung & Verschleiß

- + sehr flach verarbeitete Nähte
- + **Lite: keine aufragenden Schlingen**
- +/- Trek: große Schlingen
- +/- geringer Verschleiß, leichte Verfilzungen

Praxistauglichkeit

- + Feuchttransfer: sehr gut (Lite), ausreichend (Trek)
- + Polsterung: gut (Lite), sehr gut (Trek)
- + gute Kompressionsbereiche
- + Geruchshemmung durch Merinowolle

Gewicht:

Trek (S) 110 g/ Paar
Lite (S) 70g / Paar

Ladenpreis:

24,95 € (Trek), 18,95 € (Lite)

www.icebreaker.com

3

Keen Boulder Canyon Mid Crew

Mittelschwere Wandersocke (Damen/Herren)

Für kühle bis warme Witterung

Ausstattung

- + ¾ hoher Schaft
- + anatomisch geformt: rechts / links Modelle
- + „Arch Support“ stützt Fußgewölbe
- + „Y“-Fersentaschen für ideale Passform
- + gute Polsterung dämpft v.a. Zehen und Fersen
- + Mesh-Belüftung am Rist
- + doppelter, nicht rutschender Rippstrickbund

Material & Pflege

- 60% Merinowolle, 35% Nylon, 3% Spandex, 2% Polyester
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- + trocknergeeignet
- +/- normale Trocknungszeiten

Verarbeitung & Verschleiß

- +/- flach verarbeitete Nähte
- + keine aufragenden Schlingen
- + nach 4 Monaten nur wenig Verschleiß

Praxistauglichkeit

- +/- ausreichender Feuchttransfer trotz dicker Polsterung
- + sehr gute Polsterung in Belastungszonen
- +/- kleine Kompressionsbereiche
- + Geruchshemmung durch Wollanteil

Gewicht:

Men (M) 80 g/ Paar
Women (S) 62 / Paar

Ladenpreis: 18,95 €

www.keenfootwear.com

4

Smartwool PhD Outdoor Medium Crew

Mittelschwere Merino-Wandersocke (Damen/Herren)

Für kalte bis warme Witterung

Ausstattung

- + ¾ hoher Schaft
- + ideale Temperaturregulierung durch SmartWool® Fasern
- + sehr gute Polsterung v.a an Zehen und Fersen
- + Mesh-Belüftungen am Rist
- + doppelter, nicht rutschender Rippstrickbund

Material & Pflege

- 60% Merinowolle, 35% Nylon, 3% Spandex, 2% Polyester
- + Maschinenwäsche bis 40°C
- + trocknergeeignet
- **relativ lange Trocknungszeiten**

Verarbeitung & Verschleiß

- +/- ausreichend flache Nähte
- +/- relativ große Schlingen
- + nach 4 Monaten nur wenig Verschleiß

Praxistauglichkeit

- +/- ausreichender Feuchttransfer trotz dicker Polsterung
- + sehr gute Polsterung in Belastungszonen
- + Kompressionsbänder stützen Fuß
- + Geruchshemmung durch Wollanteil

Gewicht:

Men (M) 84 g/ Paar
Women (M) 80 / Paar

Ladenpreis: jeweils 19,95 €

www.smartwool.com



Ansicht der gewendeten Socke



Ansicht der gewendeten Socke

FAZIT

PRAXISTEST WANDERSOCKEN

5

WRIGHTSOCK Walking Crew

Leichte Doppellagen Wandersocke
Für kühle bis warme Witterung

Ausstattung

- + ¾ hoher Schaft
- + idealer Feuchtetransfer durch Dri-WRIGHT® Fasern
- + innere und äußere Lage dreifach verbunden
- + Lagensystem reduziert Reibung und schützt vor Blasen
- + Luftpolster zwischen den Lagen wirkt isolierend
- + ungebleichte und ungefärbte Innensocke sehr hautverträglich
- + nicht rutschender Rippstrickbund

Material & Pflege

- Innere Lage: 70% Dri-WRIGHT Polyester, 30% Nylon
Äußere Lage: 72% Dri-WRIGHT Polyester, 24% Nylon, 4% Lycra
- + Maschinenwäsche bis 50°C
 - + trocknergeeignet
 - + kurze Trocknungszeiten

Verarbeitung & Verschleiß

- +/- flach verarbeitete Nähte
- + keine Schlingen
- + nach 4 Monaten fast kein Verschleiß

Praxistauglichkeit

- + guter Feuchtetransfer
- keine Polsterung oder Kompression
- + Lagen kompensieren Reibung, erhöhte Haltbarkeit und besserer Tragekomfort

Gewicht:

- Men (M) 72 g/ Paar
Women (M) 64 g/ Paar
Ladenpreis: 16,50 €

Surftipp: Mehr zum Testsieg unter www.wandermagazin.de in der Rubrik Ausrüstung/Praxistest!

www.wrightsock.de

6

X-SOCKS® Trekking Extreme Light

Leichte und dünne Wandersocke (Damen/Herren)
Für kühle bis warme Witterung

Ausstattung

- + ¾ hoher Schaft
- + anatomisch geformt: rechts / links Modelle
- + Air Cool Stripes an Sohle und AirConditioning Channel® sorgen für gute Luftzirkulation
- + Achillessehnenprotektor
- + Fersenprotektor
- + X-CROSS® Kreuzknöchelbandage stützt den Fuß
- + Bakterienhemmung durch Skin NODOR™
- + eng anliegender, nicht rutschender Bund

Material & Pflege

- 35% Robur™, 33% Skin NODOR™, 12% Nylon, 11% Elastoide, 9% Mythlan™
- + Maschinenwäsche bis 40°C
 - nicht trocknergeeignet
 - +/- normale Trocknungszeiten

Verarbeitung & Verschleiß

- + sehr flach verarbeitete Nähte
- + keine Schlingen
- + nach 4 Monaten kein Verschleiß

Praxistauglichkeit

- + sehr guter Feuchtetransfer
- + flache aber gute Polsterung in Belastungszonen
- + sehr gute Kompression und Stützfunktion
- + Geruchshemmung durch Skin NODOR™

Gewicht:

- Men (S) 54 g/ Paar
Women (S) 44 g/ Paar

Ladenpreis: 17,95 €

Surftipp: Mehr zum Testsieg unter www.wandermagazin.de in der Rubrik Ausrüstung/Praxistest!

www.x-socks.com

Was muss eine Wandersocke können? Sie soll den Fuß trocken halten, sie soll ihn polstern und dämpfen, nicht rutschen, nicht drücken oder einschnüren, gegebenenfalls aber stützen. Im Folgenden die wichtigsten Aspekte zur Sockenwahl:

1 Verarbeitung: Eine hochwertige Verarbeitung mit flachen Nähten besonders im Zehenbereich ist Grundbedingung. Langfristig ist es auch wichtig, ob es Verschleißerscheinungen gibt, die den Tragekomfort beeinträchtigen. Lose Fäden oder Schlingen dürfen auch nach einigen Monaten kein Thema sein, was besonders bei einer langflorigen Innenseite sehr wichtig ist.

2 Polsterung: Im Fersen- und Ballenbereich und auch am Schaft sollte eine gute Wandersocke eine weiche Polsterung aufweisen. Die darf aber auch nach einigen Monaten nicht völlig komprimiert sein, denn dann kann sie nicht mehr dämpfen. Die Polster müssen nicht zwangsläufig dick auftragen. Wichtig ist, dass es gerade bei dicker Polsterung ausreichende Belüftungsstrukturen gibt.

3 Feuchtetransfer und Fußklima: Nur trockene Füße bekommen keine Blasen! Das beste Polster ist nutzlos, wenn der Schweiß nicht von der Haut weg transportiert wird. Daher unbedingt darauf achten, dass am Rist und z.B. unter dem Mittelfuß Belüftungsstrukturen vorhanden sind, die einen guten Feuchtetransfer und eine gute Klimaregulierung zulassen.

4 Trocknungszeiten: Das Thema Trocknungszeit nach dem Waschen ist bei Socken sehr wichtig, denn wer möchte einen Rucksack voll Ersatzsocken herumtragen? Unsere Trocknungsversuche haben gezeigt, dass nach Maschinenwäsche und Schleudern die Socken zwischen 5 und 10 Stunden trocknen müssen. Nach Handwäsche mit Auswringen dauert es zwischen 18 und 30 Stunden, bevor die Socken wieder einsatzfähig sind. Für die Gepäckplanung bedeutet das: mindestens 2 Paar Socken müssen es schon sein, mit 3 Paar ist man auf der ganz sicheren Seite.

5 Doppellagensocken: Viele Menschen sind bei diesem Thema skeptisch, dabei hat dieser Ansatz echte Vorteile: Der Lagenaufbau reduziert die Reibung zwischen Fuß und Schuh deutlich. Da die Reibung nicht wie bei normalen Socken zwischen Socke und Fußbett abgebaut wird, sondern zwischen den beiden Sockenlagen, erhöht sich zusätzlich die Lebensdauer. Das sind zweifelsohne Vorteile!