

THEMA

PRAXISEINSATZTEST WAND

Praxiseinsatztest? Wir meinen es wörtlich!

Wir testen Ausrüstung und Funktionsbekleidung in der Praxis. Dabei legen wir die Tests nicht als konkurrierenden Vergleich an, sondern unterziehen die Teststücke einem mehrmonatigen Gebrauchstest in der Natur, beim Wandern. Anziehen, ausziehen, unterschiedlichstes Gelände und Wetter – das volle Programm. Wir checken, ob sich die Ausstattung bewährt, ob Verarbeitung und Produkteigenschaften dem intensiven Gebrauch und dem Verwendungszweck standhalten. Wie ist das Preis-Leistungsverhältnis? Viel Geld für Belanglosigkeiten oder ansprechender Preis für die wichtigsten Erfordernisse des Wanderlebens? Wir ermitteln das Gewicht, benennen den aktuellen Ladenpreis, beschreiben die Testbedingungen und kommentieren unsere Erfahrungen. Aus der Praxis für die Praxis! Die Hersteller haben keinerlei Einfluss auf die Durchführung und das Ergebnis der Tests. Wir haben uns bemüht, die Vor- und Nachteile der Produkte, die uns während des Langzeittests aufgefallen sind, so objektiv wie möglich darzustellen. Oberstes Ziel der Praxiseinsatztests ist es, möglichst umfassende und praxisnahe Informationen zum jeweiligen Ausrüstungsgegenstand zu bieten.

Wir? Dr. Ulrike Poller und Dr. Wolfgang Todt sind seit vielen Jahren für das Wandermagazin tätig. Dank der vielen Reportagen und Scoutingtouren zieht das verheiratete Wanderpaar aus dem rheinhessischen Heidesheim u.a. als Praxiseinsatztester des Wandermagazins durch die Lande. Ideale Voraussetzungen für intensive und vor allen Dingen ständig wechselnde Einsatzbedingungen. Diesen und weitere Praxiseinsatztests gibt's in ausführlicher Version auch im Internet kostenlos unter www.wandermagazin.de in der Rubrik Ausrüstung.



„ZWEITE HAUT“ FÜR WANDERFÜSSE

ERSOCKEN

WM-Praxistest

Gut bestrumpft

Socken für den Wanderalltag

Nie wieder Blasen an den Füßen oder Löcher in den Socken? Leistungssteigerung und schnelle Erholung durch Kompression? Derartige Versprechungen liest man in der Werbung von Socken immer häufiger. Der Wandermagazin-Sockentest zeigt, was wirklich wichtig ist bei der Ausstattung mit Wandersocken. Ergänzend wurde ein Paar Kompressionsstrümpfe ausprobiert, die nach der Wanderung schnelle Regeneration versprechen.

Merke: Selbst der hochwertigste, technisch funktionellste Schuh ist nur so gut wie die Qualität der verwendeten Wandersocke. Wer hier spart, spart an der falschen Stelle. High-Tech-Wandertiefel mit atmungsaktiven Membranen versagen, wenn der Träger Baumwollsocken verwendet oder reine Nylonsocken zu Wanderzwecken missbraucht. Wandermagazin zeigt, worauf es ankommt!

Einsatzregionen: deutsche Mittelgebirge (Rheinburgenweg, Moseltal, Hunsrück, Eifel, Taunus und Pfälzer Wald), Kanaren: La Palma

Einsatzstrecken: zwischen 3 und 26 km

Einsatzhöhen: bis zu 1.050 Höhenmeter einfach pro Tag

Einsatztemperaturen: -10°C bis 26°C

Wetterbedingungen: trockene, sonnige Wetterlagen, bedeckter Himmel, Nieselregen, Schauer und Dauerregen

Einsatzzeitraum: August 2009 bis März 2010 (Mindesttestdauer: 3 Monate)



KANDIDATEN

PRAXISEINSATZTEST WANDERSOCKEN

Innenansichten

Salewa Hiking Socks



1



Tilley Walking Socks



2

Smartwool® PhD Outdoor M's light cushion & W's medium cushion*



3

Icebreaker Merino Hiker M's Mid Crew* & W's Heavy Crew



4

2XU High Compression Recovery Socks



5

1

Salewa Hiking Socks

(hergestellt in Lizenz von X-Technology)
Leichte Wandersocke

Material, Ausstattung

- + Anatomisch geformt (links/rechts)
- + Gute Stützfunktion und fester Sitz am Fuß durch 3-F-Bandagensystem
- + Gute Polsterung belasteter Bereiche, z.B. Schienbein, Achillessehne
- + Fersen-, Zehen- u. Zehenspitzenkappe

Wash- und Trocknungsverhalten

- + Rasche Trocknung auch nach Handwäsche
- keine Trocknernutzung

Praxistauglichkeit

- + Besonders gute Kompression
- + Gute Temperaturregulierung durch Belüftungszonen, z.B. am Bündchen
- + Gute Abriebfestigkeit
- + Für Halbschuhe, Wanderstiefel und Membranschuhe geeignet
- +/- Ideal für warmes und heißes Wetter

Material

46% Polyamid, 15% Acryl, 14% Wolle, 13% Polyester, 9% Polypropylen, 3% Elasthan

Gewicht (M): 64 g / Paar

Ladenpreis: 19,95 €

www.salewa.com

2

Tilley Walking Socks

Mittelschwere Wandersocke mit Merinowolle

Material, Ausstattung

- + Gute Passform bei guter Dehnbarkeit durch unterschiedliche Strukturen
- + Verstärkte Zonen im Fersen- und Zehenbereich
- + Besonders angenehme Bündchen

Wash- und Trocknungsverhalten

- + Gute Pflegeeigenschaften, Trocknernutzung möglich
- +/- Mittlere Trocknungsdauer nach Handwäsche

Praxistauglichkeit

- + Dank Wollanteil weiche Haptik und hohe Wärmekapazität
- + Guter Feuchtigkeitstransfer
- + Polypropylen mit Alphasan wirkt antibakteriell, hemmt Geruchsbildung
- + Gute Abriebfestigkeit (drei Jahre Garantie gegen Löcher)
- + Für Halbschuhe, Wanderstiefel und Membranschuhe geeignet
- + Durch relativ langen Schaft auch für sehr hohe Wanderstiefel gut geeignet
- +/- Ideal für die Übergangszeit

Material

60% Merinowolle, 25% Nylon, 13% Polypropylen, 2% Spandex

Gewicht (M): 68 g / Paar

Ladenpreis: 19,95 €

www.tilley.com



3

Smartwool® PhD Outdoor
M's light cushion &
W's medium cushion*

Leichte bzw. mittelschwere Wandersocke mit hohem Wollanteil

Material, Ausstattung

- + Gute Passform und fester Sitz durch vier Kompressionsbänder und Dehnzonen
- + Extrapolsterung in beanspruchten Bereichen (Ballen, Ferse)
- + Besonders angenehme Bündchen mit Gummifäden gegen Einschnüren
- + Spezielle Herren- und Damenmodelle

Wasch- und Trocknungsverhalten

- + Pflegeleicht, Trocknernutzung möglich
- +/- Mittlere Trocknungsdauer nach Handwäsche

Praxistauglichkeit

- + Besonders gute Polsterung (medium cushion)
- + Gute Temperatur- und Feuchtigkeitskontrolle durch Mesh-Bereiche am Rist und spezielle Smartwool-Fasern
- + Geruchshemmung durch Naturfaser
- + Gute Abriebfestigkeit
- + Für Halbschuhe, Wanderstiefel und Membranschuhe geeignet
- +/- Ideale Socken für Übergangszeit, „light cushion“ auch für wärmere Tage

Material

light (medium): 77% (78%) Wolle, 22% (21%) Polyamid, 1% (1%) Elastik

Gewicht (M)

light (medium): 80 g (90 g) / Paar

Ladenpreis

light (medium): 21,95 € (22,95 €)

www.smartwool.com



4

Icebreaker Merino Hiker
M's Mid Crew & W's Heavy Crew*

Dicke (Heavy) bzw. mittelschwere (Mid) Wandersocke mit hohem Merinowollanteil

Material, Ausstattung

- + Sehr gute Stütze und Passform durch Kompressionsbereiche
- + Sohlenpolster zur Absorption von Stößen
- + Verstärkte Zone im Ballenbereich
- + Spezielle Herren- und Damenmodelle

Wasch- und Trocknungsverhalten

- + Pflegeleicht, Trocknernutzung möglich
- +/- Mittlere Trocknungsdauer nach Handwäsche (Mid)
- Lange Trocknungsdauer nach Handwäsche (Heavy)

Praxistauglichkeit

- + Besonders gute Polsterung (Heavy Crew)
- + Gute Temperaturregulierung durch seitliche Belüftungszonen
- + Natürliche Geruchshemmung (Wollanteil)
- + Guter Feuchttransfer, gute Wärmeleistung
- + Gute Abriebfestigkeit
- + Für Halbschuhe, Wanderstiefel und Membranschuhe geeignet
- + Durch relativ langen Schaft auch für sehr hohe Wanderstiefel gut geeignet
- +/- Ideal für kalte Jahreszeit (Heavy) bzw. die Übergangszeit (Mid)

Material

Mid (Heavy): 65% (70%) Merinowolle, 32% (27%) Nylon, 3% (3%) Lycra

Gewicht (M)

Mid (Heavy): 78 g (120 g) / Paar

Ladenpreis

Mid (Heavy): 19,95 € (22,95 €)

www.icebreaker.com



5

2XU High Compression Recovery Socks

Knielange Strümpfe mit Kompressionswirkung zur Regeneration nach dem Wandern

Material, Ausstattung

- + Gute Passform und fester Sitz durch dehnbare Gummifäden am gesamten Schaft und fast am gesamten Fußbereich
- + Antibakterielle Ausstattung

Wasch- und Trocknungsverhalten

- + Rasche Trocknung nach Handwäsche
- keine Trocknernutzung

Praxistauglichkeit

- + Schnelle Erholung nach anstrengenden Aktivitäten
- + Verbesserte Blutzirkulation und verzögerte Ermüdung der Muskeln
- + Besseres Körpergefühl bringt auch eine höhere Leistungsfähigkeit
- + Kaum Abrieb, lange Haltbarkeit
- Für Wanderschuhe und -stiefel nicht geeignet, da zu glatte Oberfläche, keine Polsterung und kein Feuchttransfer vorhanden

Material

85% Nylon, 15% Elasthan

Gewicht (S): 76 g / Paar

Ladenpreis: 39,90 €

www.2xu.com

* hier abgebildet

FINALE

WM-Praxistest

P R A X I S E I N S A T Z T E S T

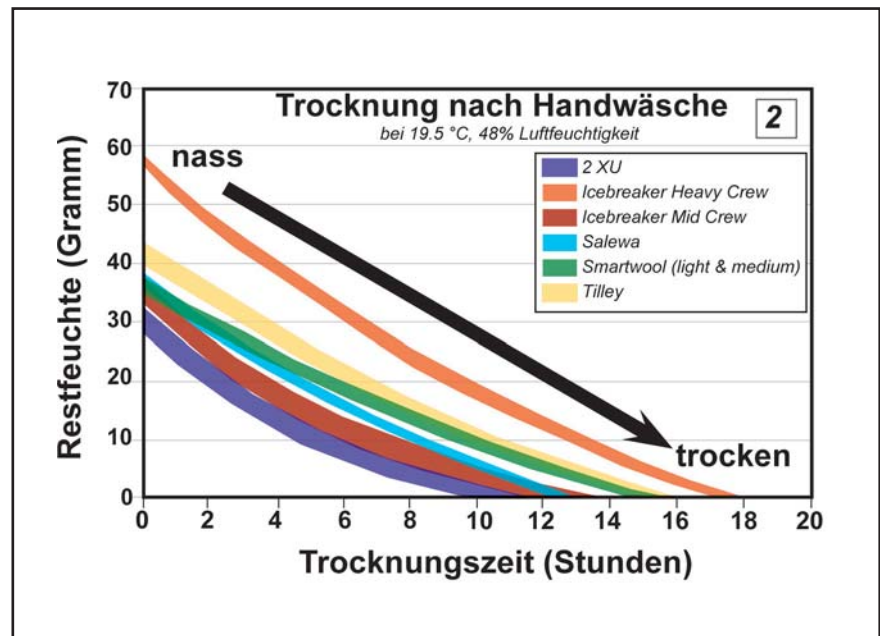
W A N D E R S O C K E N

Insgesamt haben uns die getesteten Wandersocken und auch die Kompressionssocken überzeugt. Die Wandersocken im Test sind alle ausreichend robust (soweit das der mehrmonatige Test nachprüfen kann), sie sind pflegeleicht, trocknen annehmbar schnell wieder und sorgen im Wanderschuh für das richtige Fußklima. Allerdings sollte jedem klar sein, dass nicht jeder Socken zu jedem Wanderschuh passt. Die jeweils passende, individuelle Kombination herauszufinden, liegt bei jedem einzelnen Wanderer selbst. Beim Kauf neuer Wanderschuhe sollte man daher in jedem Fall die persönlichen Lieblingswandersocken mitnehmen und schon beim ersten Anprobieren herausfinden, ob man sich wohlfühlt. Was das Material betrifft, konnte der Test zeigen, dass auch überwiegend auf Wollbasis hergestellte Socken nicht zwangsläufig dick und nur für kalte Tage geeignet sind. Hier entscheidet letztlich also auch die

persönliche Vorliebe, wobei man die Geruchshemmung bei Wollsocken nicht unterschätzen sollte. Noch ein Hinweis zur Größe: Wandersocken sollten lieber etwas zu knapp als zu weit sein. Zu große Socken sitzen nicht optimal und so kann es auch bei der besten Wandersocke zur Bildung unerwünschter Falten kommen, was im schlimmsten Fall Blasen zur Folge hat. Also die Socken im Zweifelsfall lieber eine Nummer kleiner nehmen!

Trocknungsverhalten bei der Handwäsche:

Wie lange dauert es, bis man nach dem Waschen das Produkt erneut anziehen kann? Diese Frage ist bei mehrtägigen Outdooraktivitäten relevant. So wurde neben einem Trocknungstest mit Waschmaschine und Schleudergang auch der „Geländefall“ geprobt: die Handwäsche mit Auswringen. Das Diagramm zeigt dessen Ergebnisse. Auf der x-Achse ist die Trocknungszeit in Stunden abzulesen, die y-Achse zeigt die Restfeuchte in Gramm. In der linken oberen Ecke startet die Trocknung direkt nach der Wäsche. Das Kurvenende zeigt den Zeitpunkt des Erreichens des trockenen Zustands an. Die Tests wurden bei gleichmäßiger Raumtemperatur und ohne den Einfluss von Zugluft oder Strahlungswärme durchgeführt. Der Trocknungstest hat gezeigt, dass für eine Mehrtagestour oder Reise minimal zwei Paar Socken mitgenommen werden müssen. Unter



Geländebedingungen trocknen die Socken zwar nicht über Nacht, allerdings machen die Trocknungskurven deutlich, dass alle, sogar die wirklich dicken Wintersocken, weniger als einen kompletten Tag zum vollständigen

Trocknen nach der Handwäsche benötigen. Damit haben alle Testkandidaten den Test bestanden und sind auch in dieser Hinsicht outdoortauglich.

Ausführliche Testberichte sowie ein Archiv mit den Produkttests finden Sie zum Download unter www.wandermagazin.de im Menüpunkt „Ausrüstung“.