

# Lagerausrüstung bei den Guides & Spähern



Ab den GuSp wird es bei den Pfadfindern immer abenteuerlicher. Wir schlafen im Zelt, gehen Wandern, tragen unser Gepäck selbst und sind viel Draußen unterwegs – bei jedem Wetter!

Damit diese Abenteuer aber erst so richtig Spaß machen können, ist eine gute Ausrüstung unerlässlich.

Da wir die Erfahrung gemacht haben, dass Kinder leider immer wieder mit unzureichender Ausrüstung mit auf Lager fahren und sie dadurch nass werden, frieren oder sich verletzen, möchten wir ihnen ein paar Tipps in Sachen gute Ausrüstung geben.

Gerne steht ihnen auch das gesamte GuSp-Leitungsteam nach den Heimabenden natürlich immer gerne zur Verfügung wenn es Fragen zum Thema Ausrüstung gibt.

Wir sind außerdem auch unter [gusp@80enzian.at](mailto:gusp@80enzian.at) erreichbar.

Weiters hat GuSp-Leiter Geo für euch ein ausführliches Beratungs-Video gedreht:

<http://bit.ly/GuSpAusrüstung>

Zusätzlich finden sich im Internet zahlreiche Outdoor-Equipment-Beratungsseiten und auch Youtube ist voller Beratungsvideo.

Wie freuen uns schon auf noch GuSpigere Abenteuer, dank guter Ausrüstung! :-)

**Das 80er-GuSp-Team**

---

## Kosten

Leider ist es bei guter Outdoor-Ausrüstung oft so, dass gut gleichzeitig auch nicht gerade günstig bedeutet. Im Folgenden wollen wir ihnen zeigen wo es sich auszahlt den einen oder anderen Euro mehr zu investieren, aber wo man auch gerne auf günstigere Produkte zurückgreifen kann.

Bei einigen Gegenständen erscheinen die Kosten nicht gerade gering. Bedenkt man allerdings dass man einen guten Trekkingrucksack wahrscheinlich mindesten 10 – 15 Jahre in Verwendung hat und auch außerhalb der Pfadfinderei (Interrail, Fernreise,...) und als ganze Familie verwenden kann, relativieren sich die Kosten auch schon wieder.

Und vielleicht bringt ja auch mal das Christkind einen neuen Rucksack oder die Oma, die ohnehin nicht weiß was sie zum Geburtstag schenken soll, investiert in eine gute Regenjacke. :-)

Keine Sorge, es braucht nicht überall die Highend-Varianten und Vieles braucht es auch nicht sofort, hier aber mal ein paar Richtwerte was gutes Equipment so kostet:

Rucksack: 120 – 250€

Schlafsack: 120 – 250€

Taschenlampe: ab 10€

Taschenmesser: ab 18€

Isomatte: 60 -140€

Wanderschuhe: ab 70€

Regenjacke: ab 50€

Geschirr: 0 - 30€

## Beratung & Einkauf

Fachgeschäfte die wir empfehlen können:

### Rucksäcke, Schlafsäcke, Isomatte, Wanderschuhe, Jacken,...:

Treksport	Stumpergasse 16, 1060	<a href="http://www.treksport.com">www.treksport.com</a> (-10% mit der Scout Card)
Bergfuchs	Kaiserstraße 15, 1070	<a href="http://www.bergfuchs.at">www.bergfuchs.at</a>
Steppenwolf	Kirchengasse 34, 1070	<a href="http://www.steppenwolf.wien">www.steppenwolf.wien</a>

### Taschenlampen, Geschirr,...:

Hervis (-10% mit der Scout Card)  
SportsDirect

---

## Wichtige Ausrüstungsgegenstände:

### Schlafsack

Nichts ist grauslicher als im Schlafsack zu frieren und keinen Schlaf zu bekommen. Darum setzen sie beim Schlafsack unbedingt auf gute Qualität. Ihr Kind wird es ihnen Danken. Leider ist es eine Illusion einen guten Schlafsack unter €100 zu bekommen. Wirklich gute Schlafsäcke kosten eher €200.

Meist steht auf Schlafsäcken bis wieviel Grad Celsius sie verwendbar sind.

Dabei ist anzumerken, dass es bei dieser Angabe üblicherweise 3 Abstufungen gibt:

*Komfort, Limit und Extrem*. Im Grund ist für uns nur *Komfort* relevant, da für die einzelnen Abstufungen Folgendes gilt:

**Komfort:** Eine 'Standard-Frau' (25 Jahre, 60 kg, 1,60 m) kann gerade noch schlafen ohne zu frieren

**Limit:** Ein 'Standard-Mann' (25 Jahre, 70 kg, 1,73 m) kann gerade noch schlafen ohne zu frieren

**Extrem:** Eine 'Standard-Frau' (25 Jahre, 60 kg, 1,60 m) bekommt noch keine Erfrierungen.

Alles unter *Komfort* bietet also eigentlich keinen erholsamen Schlaf mehr.

Da es in Österreich auch im Sommer schon mal 0°C haben kann (jeder Leiter hat schon solche Sommerlagernächte erlebt), empfiehlt sich ein Komfortbereich bis ~0°C.

Für den Schlafsackkauf empfiehlt sich auf jeden Fall ein Beratungsgespräch im Fachhandel.

Eine ausführliche Kaufberatung zum Thema Schlafsack finden sie außerdem hier:

<http://bit.ly/schlafsackberatung>

### Isomatte

Die klassische Schaumstoffisomatte hat heutzutage so gut wie ausgedient. Isolierung und Packmaß lassen sehr zu wünschen übrig.

Üblich sind mittlerweile die selbstaufblasenden Matten und Matratzen.

Diese gibt es mit den unterschiedlichsten Isolierwerten, Dicken, Längen und Breiten.

Es gibt auch Matten mit Daunenfüllung, welche dadurch einen noch höheren Isolierwert erzielen.

Beratung und Probeliegen im Fachhandel empfiehlt sich.

Empfehlenswerte Marken: Therm-a-Rest, Exped

### Rucksack

Um sowohl fürs Wochenendlager als auch fürs Sommerlager gerüstet zu sein, sollte der Rucksack mindestens 50 Liter haben. Mit 70 Litern ist man dann auch später mal für die 3-wöchige Fernreise gerüstet.

Es gibt Rucksäcke bei denen man das Volumen im Bedarfsfall auch erweitern kann (zB.: 60l+10l). Umso mehr Einstellmöglichkeiten der Rucksack hat – umso besser. Unerlässlich sind gute Schultergurte mit Lageverstellriemen (dienen dazu um das Gewicht des Rucksacks näher an den Rücken bringen zu können), ein Brustgurt und ein großzügiger Hüftgurt (bis zu  $\frac{3}{4}$  des des Gewichts werden auf der Hüfte und nicht auf den Schultern getragen!)

Sehr praktisch für das Lagerleben im Zelt ist ein frontaler Zugriff über einen Reißverschluss, welchen es bei aktuellen Modellen immer öfter gibt. Dadurch kommt man leichter zu Dingen die in der Mitte des Rucksacks sind und man schafft es besser Ordnung im Rucksack zu halten.

Apropos Ordnung: Es empfiehlt sich den Packinhalten des Rucksacks in Stoffsäcke sortiert zu verstauen!

Sehr zu empfehlen ist auch ein Rucksack mit **verstellbarem Rücken**. Fast jeder Rucksackhersteller hat Modelle bei denen man die Länge des Rückens anpassen kann. Dadurch kann der Rucksack mitwachsen und kann über viele Jahre oder auch von verschiedenen großen Familienmitgliedern verwendet werden.

Beim Rucksack ist eine gute Beratung im Fachhandel fast unerlässlich. Probetragen mit Gewichten ein Muss. Die VerkäuferInnen können auch beim richtigen Einstellen des Rucksacks behilflich sein.

Der beste Rucksack nützt allerdings nichts wenn man ihn nicht richtig packt und auf seinen Körper passend einstellt. Auf Youtube finden sich dazu zahlreiche Videos. Außerdem bekommen die Kinder bei uns in den Heimabend dazu noch eine genaue Einführung.

Rucksack-einstell-tipps: <http://www.deuter.com/AT/de/rucksacktipps.html>  
(Deuter ist übrigens eine sehr empfehlenswerter Rucksackhersteller!)

## Regenjacke

GuSp sind bei jedem Wetter draußen und das auch mal länger. Eine Regenjacke muss also wirklich Wasserdicht sein und nicht nur Wasserabweisend. Goretex oder vergleichbare Membranen (jeder Hersteller hat da so seine eigenen Varianten) sind also unverzichtbar.

Das Maß für die Wasserdichtigkeit eines Textils ist die sogenannte Wassersäule. Die Wassersäule bezeichnet die Wassermenge (Höhe in mm) in einem Zylinder mit 10 cm Durchmesser, die schließlich benötigt wird, um das Bekleidungsstück zu durchdringen. Die Wassersäule umschreibt also den maximalen Wasserdruck, dem die Membran widerstehen kann, bevor man darunter nass wird. Je höher die angegebene Wassersäule, desto besser ist die Membran.

Die Wassersäule sollte bei **mindestens 5.000** liegen. Wenns mal wieder länger regnet besser auch darüber.

Alternativ bzw. zusätzlich zur Regenjacke kann auch ein Pontcho getragen werden. Diese sind nicht unpraktisch zB bei längeren Wanderungen im Regen, eignen sich beim Kochen oder Hantieren mit Werkzeug aber natürlich nur bedingt.

**Achtung:** Softshelljacken sind kein Regenschutz. Diese können ein guter Kälteschutz sein und

halten zwar einigen Minuten leichtem Regen stand, sind aber nicht wasserdicht und trocknen wenn sie nass sind auch nur sehr langsam. Auch eine Windjacke ist keine adäquate Regenbekleidung.

Zusätzlich zur Jacke, ist auch eine Regen Hose zu empfehlen. Diese gibt es ab ca. 20€ in jedem Sportgeschäft.

## **Wanderschuhe**

Gute, allwettertaugliche Schuhe sollen auf jeden Fall wasserdicht sein! (Goretex oder vergleichbares Material). Außerdem sollten sie über die Knöchel gehen. So hat man auch in rauherem Gelände einen festen Halt und bei Nässe ist es egal wenn man mal in eine Gatschlacke steigt, da oben nix reinläuft.

Trotz Goretex bitte nicht auf regelmäßiges Nachimprägnieren mittels Spray vergessen.

## **Messer**

GuSp brauchen keine großen Fahrten- oder Survivalmesser. Da ein kleines Taschenmesser im Pfadialltag (zum Schnitzen, Jause essen, Etwas reparieren,...) aber doch sehr praktisch ist, empfehlen wir ein ganz einfaches Klappmesser. Allgemein gilt, die Länge der Klinge sollte nicht länger als die Handbreite des Kindes sein.

Ein gutes **Schweizer Taschenmesser** (Victorinox) gibt es ab ca. 20€.

Bitte keine klapprigen 8€-Messer oder Werbegeschenke, da diese meist sehr klapprig, schlecht verarbeitet und stumpf sind. Man mag vermuten, dass stumpfe Messer sicherer sind als scharfe. Dabei ist es genau umgekehrt. Mit dem stumpfen Messer braucht man mehr Kraft und rutscht leichter ab → erhöhte Verletzungsgefahr.

## **Taschenlampe**

Stirnlampen haben sich am Lager als sehr praktisch erwiesen. Damit kann man im Rucksack kramen, die Regenjacke im Zelt suchen und hat trotzdem beide Hände frei.

Stirnlampen gibt es bereits ab ca. €10/15 in jedem Sportgeschäft oder (im Frühjahr) auch immer wieder beim Discounter.

## **Geschirr**

Einfaches Campinggeschirr bekommt man in jedem Sportgeschäft. Hier muss allerdings nicht unbedingt extra etwas Neues angeschafft werden, da man das meiste ohnehin schon zu Hause hat. Teller, Schüssel und Häferl sollten immer als Kunststoff oder Metal sein. Bitte keine Porzellanteller! Für Getränke eignen sich auch gut die klassischen festen Mehrweg-Festival-Kunststoffbecher. Kunststoff-Vorratsbehälter (Tupperware) kann man gut als Suppenschüssel verwenden.

Als Besteck empfehlen wir ganz normales Haushalts-Besteck. Ev. Eines mit Löchern für einen Karabiner, so gehen die einzelnen Teile weniger schnell verloren. Am Besten keine filigranen Klappvarianten, da diese meist etwas klein ausfallen und oft schwer zu reinigen sind.

Wie bei allen Gegenständen, gilt beim Geschirr ganz besonders:

Unbedingt Markieren/Beschriften, damit es seinen Besitzer wieder findet.

Tipp: Bunter Nagellack am Besteck zum Markieren des Bestecks.

Außerdem soll das gesamte Geschirr (gemeinsam mit einem Geschirrtuch) immer in einem Stoffsackerl mit auf Lager gebracht werden. So geht nichts verloren und das Geschirr ist im Zelt leichter auffindbar.