

MISSION OUTDOOR

DEIN BEGLEITER FÜR ABENTEUER IN DER NATUR

FRÜHJAHR 2026

Gratis

heat it® Insekten-
stichheiler

ab 100€ Einkaufswert –
mehr auf der
Rückseite

HÜTTENTOUREN

Unterwegs zwischen
Gipfel, Gemeinschaft und
Gänsehautmomenten

24 STUNDEN FREIHEIT

Warum eine Mikro-Auszeit
genau das ist,
was du brauchst

EXPERTENTIPP

Textilien mit Moskitoschutz

RAUS INS ECHTE LEBEN

Familienabenteuer unter
freiem Himmel

Know-how und Inspiration für deinen nächsten Trip auch bei uns im Store!





HOME OF EXPERTS

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS

RAUS IN DEN FRÜHLING

Zeit für Touren, Auszeiten und neue Wege

Die ersten warmen Sonnenstrahlen auf der Haut, das Zwitschern der Vögel, frisches Grün überall – und sofort spürst du die Lust, wieder draußen unterwegs zu sein. Jetzt ist die perfekte Zeit, um den Rucksack zu packen, die Wanderschuhe zu schnüren und neue Wege zu erkunden. Ob ein Outdoor-Abenteuer mit der ganzen Familie, eine sportliche Herausforderung im Gebirge oder eine Mikro-Auszeit mit Blick auf blühende Wiesen – der Frühling lädt dich ein, draußen aktiv zu sein und neue Energie zu tanken.

Suchst du noch nach Inspiration? In dieser Ausgabe findest du jede Menge Ideen für große und kleine Abenteuer. Für Momente, die den Alltag vergessen lassen. Für Auszeiten, die nach Freiheit schmecken. Egal, ob du nur ein paar Stunden unterwegs bist oder mehrere Tage draußen verbringst – diese Saison steckt voller Möglichkeiten.

Damit du für jede Tour bestens vorbereitet bist, findest du in dieser Ausgabe auch jede Menge praktische Expertentipps: von der perfekt sitzenden Outdoor-Hose über funktionale Textilien mit integriertem Moskitoschutz bis hin zu der richtigen Nutzung von Trekkingstöcken.

Also, worauf wartest du noch?

Der Frühling ruft – mach dich auf den Weg. Die Natur hält die schönsten Erlebnisse für dich bereit.

Dein Team von SPORT 2000



Impressum

Herausgeber

SPORT 2000 GmbH
Nord-West-Ring-Straße 11
63533 Mainhausen

www.sport2000.de

Verantwortlich für den Herausgeber

Tim Wahnel

Produktion und Redaktion

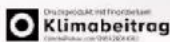
SPORT 2000 in Kooperation mit
die Typen Mannheim, Birgit Albrecht
Ralf Kerkeling

Chefredaktion / Redaktion

Claire El-Hagge / Lara May

Druck

Produktionsteam, Düsseldorf





MISSION OUTDOOR

**Bereit für Frühlingsabenteuer?
Jetzt ist die perfekte Zeit, draußen aufzutanken und neue Wege zu entdecken. In dieser Ausgabe findest du jede Menge Ideen für unvergessliche Abenteuer. Also: Rucksack packen und los – der Frühling wartet!**



MIKRO-AUSZEIT

Ob Vogelgezwitscher am Morgen, eine Tasse Kaffee vorm Zelt oder der erste Schritt ins nasse Gras: Eine Mikro-Auszeit ist kein großes Abenteuer, sondern ein kleines Innehalten. Wie 24 Stunden draußen neue Energie schenken – und worauf es dabei ankommt.



HÜTTENTOUREN

Knarrende Dielen, klare Bergluft und Hüttenabende voller Geschichten: Eine Hüttentour ist mehr als nur eine Wanderung – sie ist Naturerlebnis, Gemeinschaft und Reduktion aufs Wesentliche. Was du dafür brauchst, worauf es unterwegs ankommt und wie du dich ideal vorbereitest, erfährst du hier.

OUTDOOR-HOSEN

Die beste Wanderhose ist die, die du kaum spürst. Warum Passform, Schnitt und Material über Komfort und Tourenfreude entscheiden – und wie du beim Kauf die richtige Wahl triffst, erfährst du in unserem Expertentipp.



TREKKINGSTÖCKE

Trekkingstöcke entlasten, stabilisieren und geben Halt – ob bergauf, bergab oder in unwegsamem Gelände. Hier erfährst du, worauf es bei Material, Funktion und Handling wirklich ankommt



VAUDE



24 STUNDEN AUSZEIT

 **OUTDOOR
EXPERTS**

 **SPORT
2000**

HOME OF
EXPERTS



24 STUNDEN FREIHEIT

Ein Rucksack. Ein Zelt. Und die Entscheidung, einfach mal rauszugehen



VAUDE

OPTIMALER TRAGEKOMFORT

Mit Aeroflex Control-Tragesystem für einen belüfteten Rücken und stabilen Sitz. Die verstellbare Rückenlänge, das erweiterbare Volumen, funktionale Fächer und die Trinksystem-Vorrichtung machen ihn zum idealen Begleiter.

**Wanderrucksack
WIZARD 24+4**

150,00 €

VAUDE

KLEINES PACKMASS, GROSSER SCHUTZ

Zuverlässiger Schutz für deine nächste Outdoor-Auszeit: Der kombinierte Aufbau von Innen- und Außenzelt hält das Innenzelt trocken – selbst bei schlechtem Wetter. Mit zusätzlichem Stauraum und cleverer Belüftung. Hergestellt aus 70 % recyceltem Material und PFC-frei.

Trekkingzelt

ALLROUND MARK 3P 500,00 €



WARUM EINE MIKRO-AUSZEIT GENAU DAS IST, WAS DU BRAUCHST

Manchmal reicht ein halber Tag, um wieder ganz bei sich zu sein. Ein Sonnenuntergang abseits vom Bildschirm. Ein Frühstück mit Blick ins Grüne. Eine Nacht im Zelt unter freiem Himmel. Eine Mikro-Auszeit ist kein großes Abenteuer – und genau darin liegt ihr Zauber. Keine Wochenplanung, keine Reiseroute, keine Erwartungen. Nur du, dein Rucksack und die Lust, mal kurz zu verschwinden.

Kopf aus, Rucksack auf – warum du öfter mal kurz verschwinden solltest

Zwischen Mails, Terminen und To-dos bleibt oft wenig Raum für dich selbst. Genau hier setzt die Idee der Mikro-Auszeit an: einfach mal raus, nur für 24 Stunden. Kein WLAN, kein Meeting – dafür frische Luft, Bewegung, Stille. Und das Beste: Du brauchst keine Alpenüberquerung. Ein kleiner Höhenzug, ein Wald in der Nähe oder ein Tal mit Zeltplatz reichen völlig.

Schon nach wenigen Stunden draußen spürst du: Der Kopf wird klarer, der Körper entspannter. Du gehst deinen eigenen Rhythmus. Spürst den Boden, das Wetter, deinen Atem. Und am nächsten Morgen kommst du zurück – nicht von

Grund auf verändert, aber aufgeräumter. Mit neuen Gedanken, frischer Energie und dem Gefühl, wirklich draußen gewesen zu sein.

Abenteuer braucht keinen Flieger – nur etwas Planung

Damit aus der kleinen Auszeit kein unnötiger Stress wird, braucht es nicht viel – nur ein wenig Vorbereitung. Eine gute Jacke, die auch bei Wind oder nächtlichem Niesel verlässlich schützt. Ein kompakter Rucksack, der alles Nötige aufnimmt. Ein leichtes Zelt, das schnell steht. Und natürlich das, was jede Auszeit besonders macht: etwas Warmes im Bauch. Ein kleiner Gaskocher, ein dampfender Becher Kaffee am Morgen, ein einfaches Nudelgericht im Dämmerlicht – wer draußen isst, is(s)t anders. Trekkingfood, Couscous mit Gemüse oder die gute alte Suppe aus der Tüte: Es geht nicht um Haute Cuisine, sondern um Wärme, Energie und Genuss in der Natur. Und um das Wissen: Ich hab alles dabei, was ich brauche.

Legal statt illegal – Draußenschlafen geht auch fair

Wildcamping ist in Deutschland meist verboten – und das hat gute Gründe. Natur braucht Rückzugsräume, Tiere brauchen Ruhe. Aber es gibt tolle Alternativen: Plattformen wie Nomady oder andere Anbieter vermitteln legale Stellplätze auf privaten Wiesen, in Höfen oder mitten im Grünen. Oft mit Blick auf den Sonnenaufgang inklusive. Der Vorteil: Du schläfst mit gutem Gewissen, störst niemanden und kannst dich auf das konzentrieren, worum es wirklich geht – das Draußensein. Und ganz nebenbei lernst du Orte kennen, die du sonst nie entdeckt hättest.

Was bleibt, wenn der Tau am Zelt trocknet?

Am Morgen steigt der erste Dampf aus der Tasse. Die Vögel sind längst wach. Du krabbelst aus dem Zelt, reibst dir die Augen – und



 VAUDE

WETTERFEST, ATMUNGSAKTIV, KOMFORTABEL



Ideal für deine nächste Mikro-Auszeit: Das 2-Lagen-Material ist in Kombination mit dem Vaude Eco Finish winddicht und wasserdicht bei gleichzeitiger Atmungsaktivität. Für zusätzliche Belüftung sorgen Reißverschlüsse unter den Armen, Kapuze, Ärmel und Saum lassen sich individuell anpassen.

Damen- oder Herrenjacke STRATHCONA

180,00 €



Deine 24h-Auszeit – kurz erklärt:

- **Tour wählen:** 2–4 Stunden Fußmarsch sind ideal. Denk an Rückweg und Zeitpuffer.
- **Packliste minimieren:** Zelt, Isomatte, Schlafsack, wetterfeste Kleidung, Stirnlampe, Wasser, Snacks.
- **Essen & Kocher:** Gaskocher, Brennstoff, leichter Topf, Tasse. Gerichte: z. B. Couscous, Instantnudeln, Trekkingfood.
- **Platz buchen:** z. B. über Nomady, Naturcamps oder private Stellflächen.
- **Wetter checken:** Nicht bei Sturm oder Gewitter starten.
- **Offline gehen:** Flugmodus rein – Erlebnismodus an.

 Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video



bist plötzlich ganz da. Im Moment. Bei dir. Die Hektik des Alltags wirkt weit weg, obwohl sie geografisch nur ein paar Kilometer entfernt ist. Diese 24 Stunden wirken nach. Sie erinnern dich daran, wie wenig du brauchst, um dich lebendig zu fühlen. Wie gut es tut, sich zu bewegen, zu atmen, zu spüren. Und dass Abenteuer nicht von der Größe abhängt, sondern von der Tiefe. Manchmal reicht ein einziger freier Tag, um die ganze Woche neu zu sehen.

FAZIT: WENIGER TUN. MEHR ERLEBEN.

24 Stunden draußen können mehr bewirken als eine Woche im Kalender. Deine Mikro-Auszeit ist kein großes Ding. Und doch ist sie genau das. Sie bringt dich raus – aus Gedanken, aus Gewohnheiten, aus der Endlosschleife. Sie schenkt dir Ruhe, Erdung, Klarheit.

Also: Rucksack packen. Zelt einrollen. Und los. Die Natur wartet.

The CMP logo is located in the top left corner of the image. It consists of the letters 'CMP' in a bold, black, sans-serif font. A small red triangle is positioned above the letter 'P'.

CMP



CMP – FÜR FAMILIEN- MOMENTE IN DER NATUR

Natur ist für CMP kein Ort, den man einfach besucht. Sie ist ein Raum für Begegnungen, für Bewegung und für gemeinsame Erlebnisse. Draußen, zwischen Bergen, Wäldern und weiten Landschaften, entsteht etwas, das im Alltag oft zu kurz kommt: echte Zeit miteinander. Zeit, in der Familien lachen, entdecken, innehalten – und Erinnerungen schaffen, die bleiben.

GERADE FÜR KINDER IST DIE NATUR EIN ABENTEUERSPIELPLATZ VOLLER MÖGLICHKEITEN

Jeder Schritt, jeder Weg, jede Pfütze wird zur Einladung, die Welt zu erkunden. CMP begleitet diese großen und kleinen Abenteuer mit Outdoor-Ausstattung für die ganze Familie und einem besonderen Fokus auf Kinder. Die Kinderkollektionen von CMP sind darauf ausgelegt, Bewegung nicht einzuschränken, sondern zu ermöglichen. Sich selbst die Schuhe schließen, loslaufen, ausprobieren – praktische Verschlusssysteme wie **Fast Lace** oder **FitGo** unterstützen genau diese Selbstständigkeit. Die **Clima Protect®** Membran schützt zuverlässig vor Wind und Wetter und sorgt dafür, dass auch bei Regen, Matsch oder kühleren Temperaturen der Spaß draußen nicht endet.

DAS DAHINTERSTEHENDE KONZEPT „IT’S ME“ BRINGT AUF DEN PUNKT, WOFÜR CMP STEHT

Jeder Mensch erlebt Natur auf seine eigene Weise. Für Kinder bedeutet das, neugierig zu sein, mutig zu entdecken und sich frei zu bewegen – mit Kleidung, die mitgeht, schützt und Sicherheit gibt. Für Eltern bedeutet es, ihre Kinder dabei zu begleiten und gemeinsam Momente zu erleben, die verbinden.

CMP sieht den ersten Kontakt mit der Natur als etwas Besonderes. Wer früh draußen unterwegs ist, entwickelt ein Gefühl für die Umwelt, lernt ihre Rhythmen kennen und baut eine natürliche Verbindung auf. Auf gemeinsamen Wegen entsteht so ein stilles Verständnis für das, was draußen wirklich zählt – fernab von Tempo und Terminen.

Diese frühen Erfahrungen prägen. Sie schaffen Selbstvertrauen, fördern Bewegungsfreude und stärken das Miteinander. Wenn Kinder erleben, dass sie einen kleinen Anstieg selbst schaffen, einen Bach überqueren oder trotz eines Regenschauers weitergehen, entsteht



etwas Wertvolles: das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten. Kleidung wird dabei zum stillen Begleiter – sie soll nicht im Mittelpunkt stehen, sondern Sicherheit geben und Freiraum schaffen.

Auch für Eltern bedeutet Naturzeit mehr als Bewegung an der frischen Luft. Es sind die Gespräche unterwegs, das gemeinsame Staunen über Kleinigkeiten, das Lachen über matschige Schuhe. Momente, die nicht inszeniert sind, sondern einfach passieren. CMP versteht Outdoor-Ausrüstung deshalb als Teil eines größeren Ganzen: Sie unterstützt Familien dabei, draußen unbeschwert zu sein – bei wechselndem Wetter, auf unterschiedlichen Wegen und in all den kleinen Abenteuern, die spontan entstehen.

Mit funktionaler, kindgerechter und vielseitiger Outdoor-Ausrüstung möchte CMP Familien dazu ermutigen, öfter gemeinsam nach draußen zu gehen. Zeit zu teilen, Erlebnisse zu sammeln und die Freude an Bewegung in der Natur weiterzugeben. Denn genau dort entstehen Geschichten, die bleiben – für Erwachsene ebenso wie für Kinder.

**CMP stellt dabei nicht
das Produkt, sondern das Erleben
in den Mittelpunkt: It’s me.**



EXPERTENTIPP TREKKINGSTÖCKE

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS



KRAFT AM HANG, ENTLASTUNG IM TAL

Sie stabilisieren, entlasten und bringen Rhythmus ins Gehen: Trekkingstöcke gehören längst zur Standardausrüstung moderner Wanderer – leicht, zuverlässig und schnell verstaut.

Wenn die Beine müde werden, hilft Leichtbautechnik: Trekkingstöcke entlasten, stabilisieren und geben Kontrolle auf rutschigem Untergrund. Sie sind längst mehr als Zubehör – wer regelmäßig draußen unterwegs ist, weiß ihren Effekt zu schätzen. Und wer einmal mit gelaufen ist, will nicht mehr ohne.

Dabei ist Trekkingstock nicht gleich Trekkingstock. Logisch. Die Ansprüche sind unterschiedlich, je nach Gelände, Intensität und Stil. Entscheidend ist das Zusammenspiel aus Gewicht, Stabilität, Funktion – und der passenden Konstruktion für deinen Einsatzzweck.

WELCHE STÖCKE PASSEN ZU DIR?

Zwei Materialien bestimmen den Markt: Carbon ist ultraleicht und dämpft Erschütterungen – ideal für schnelle Bewegungen, etwa beim Trailrunning. Aluminium ist robuster, verzeiht mehr Belastung und punktet bei Touren mit viel Gepäck oder im alpinen Gelände. Beide Materialien haben ihre Berechtigung – es kommt auf den Einsatzzweck an.

Moderne Trekkingstöcke sind meist faltbar oder teleskopierbar, lassen sich gut am Rucksack verstauen und bringen durchdachte Features mit: ergonomische Griffe, austauschbare Spitzen, variable Teller, verstellbare Längen. Wichtig: Das System muss auch unter realen Bedingungen funktionieren. Deshalb werden hochwertige Stöcke im Labor und draußen auf Herz und Nieren getestet – von der Klappmechanik bis zur Griffhaptik.

Trailrunner brauchen ein Minimum an Gewicht und maximale Kompromittierbarkeit. Fernwanderer wollen langlebige, komfortable Stöcke, die sich an wechselndes Terrain anpassen lassen. Bergsteiger suchen kompromisslose Stabilität – mit verlängerter Griffzone, Handschuhkompatibilität und zuverlässigem Halt auch auf Schnee oder Geröll.

Unser Expertentipp:

Teste Stöcke in der Bewegung – ob sie mitgehen oder gegen dich arbeiten. Leichtigkeit ist gut, aber nur, wenn die Stöcke stabil bleiben. Achte zusätzlich auf Modelle mit austauschbaren Teilen. Das verlängert die Lebensdauer enorm.



> Mehr Expertenwissen zu diesem und weiteren Themen findest du hier

NACHHALTIGKEIT HEISST: REPARIEREN STATT ERSETZEN

Ein Trekkingstock sollte nicht nach der ersten Belastung ausgetauscht werden müssen. Sollte aber doch etwas brechen: Hochwertige Modelle lassen sich heute fast vollständig reparieren – von der Spitze bis zum Griff. Einige Systeme werden sogar so konstruiert, dass man zentrale Komponenten selbst austauschen kann.

PFLEGE HILFT: AUCH DER BESTE STOCK BRAUCHT EIN BISSCHEN ZUWENDUNG

Nach nassen oder schlammigen Touren: mit klarem Wasser abspülen, trocknen lassen, ggf. Gelenke reinigen. Bei faltstöcken: offen lagern, erst nach dem Trocknen zusammenlegen. So bleibt das Material intakt – und der Stock einsatzbereit.

So unterstützen dich Trekkingstöcke richtig



GELENKSCHONUNG

Entlastung vor allem bei Abstiegen – Knie, Hüfte und Rücken danken es dir.



STABILITÄT UND SICHERHEIT

Vier statt zwei Kontaktpunkte – mehr Gleichgewicht bei Geröll, Schnee oder Matsch.



EFFIZIENZ

Aktive Armunterstützung bringt mehr Schub, spart Energie, verlängert die Ausdauer.



VIELSEITIGKEIT

Ob Bachquerung, Schneefeld oder steiler Abstieg – Stöcke verschaffen Tastsinn, Balance und Kontrolle.



LEKI

ZUVERLÄSSIGE BEGLEITER FÜR DEINE BERGABENTEUER

Die faltstöcke aus Carbon überzeugen mit dem Aergon Air Griff – ergonomisch geformt, voll gummiert und mit optimalem Winkel für maximale Kontrolle bergab. Die Griffverlängerung bietet Flexibilität bergauf, die Schlaufe sorgt für sicheren Halt. Mit dem einfachen Verstellsystem lassen sich die Stöcke sekundenschnell anpassen – ideal für anspruchsvolle Touren mit wechselndem Gelände.

- 1 **MAKALU FX CARBON** und
- 2 **MAKALU FX CARBON COMPACT** 195,00 €

LEICHT UND GRIFFIG

Dank spezieller Hohlräumtechnologie sind die Trekkingstöcke besonders leicht sowie ergonomisch geformt und bieten großflächige Unterstützung. Der voll gummierte Griff Rücken sorgt für maximalen Grip und Kontrolle bergab – ideal für ambitionierte Wanderungen und lange Touren im Gebirge.

- 3 **MAKALU LITE** und
- 4 **MAKALU LITE COMPACT** 110,00 €



Einfaches Verstellen



Maximaler Grip



Individuell verstellbar



Perfekter Halt

URBAN OUTDOOR

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS





URBAN OUTDOOR – DRAUSSEN BEGINNT, WO DU BIST

Die Stadt ist deine Spielwiese. Und du mittendrin

Manchmal beginnt das Abenteuer nicht in den Bergen – sondern zwischen zwei Straßenecken. Auf dem Weg zur Arbeit. Oder beim spontanen Abbiegen in eine Gasse, durch die du noch nie gegangen bist. Urban Outdoor ist kein Kompromiss, sondern eine Haltung: rausgehen. Durchatmen. Bewegung im Alltag finden. Freiheit erleben, ohne wegzufahren. Nur du, deine Stadt – und das gute Gefühl, draußen zu sein.

BETON. GRÜN. FREIHEIT

Wer sagt eigentlich, dass Outdoor immer mit Höhenmetern zu tun haben muss? Auch in der Stadt wartet das Draußensein. Der Park wird zur Yogawiese. Die Uferpromenade zur Laufstrecke. Die Treppe zum Trainingsgerät. Urban Outdoor bedeutet, den Blick zu verändern: nicht aufs Auto setzen, sondern auf den Moment. Nicht von A nach B hetzen, sondern den Zwischenraum entdecken. Nicht raus aufs Land – sondern rein ins Leben draußen.

Es geht darum, urbane Strukturen neu zu nutzen. Wege bewusst länger zu wählen. Brücken nicht nur zu überqueren, sondern kurz stehen zu bleiben. Grünflächen nicht einfach zu durchqueren, sondern sie als Trainingsfläche, Denkraum oder Pause zu begreifen. Selbst kurze Distanzen verändern sich, wenn du sie aktiv gestaltest: ein paar Stufen extra, ein Schlenker am Wasser entlang, ein Moment im Gras. Urban Outdoor heißt auch, Gewohnheiten zu hinterfragen. Muss jede Strecke effizient sein? Oder darf sie lebendig sein? Die Stadt bietet Möglichkeiten: Geländer für kurze Kraftimpulse, Mauern für Balance, Plätze für spontane Bewegung. Die Stadt verändert sich nicht – aber deine Art, sie zu erleben.

RAUS OHNE RAUSZUFAHREN – BEWEGUNG IM ALLTAG

Du hast keine Zeit für lange Touren? Kein Problem. Urban Outdoor denkt in kleinen Dosen. Die Joggingrunde in der Mittagspause. Der Spaziergang nach dem Abendessen. Ein Snack auf der Parkbank statt im Café. Oder ein kleiner City-Hike, der dich von Flussufer zu Dachterrasse führt.

5 Ideen:

Mach dich auf in dein Urban-Outdoor-Abenteuer

Sonnenaufgang über den Dächern

Such dir den höchsten frei zugänglichen Punkt deiner Stadt. Steh früh auf. Nimm Kaffee mit. Und erlebe, wie der Tag beginnt – weit über dem Alltag.

Die „Falsche Richtung“-Challenge

Bieg bewusst dort ab, wo du sonst nie langgehst. Lass dich treiben. Ziel: fünf neue Entdeckungen in einer Stunde.

Der 5-Park-Run

Verknüpfe fünf grüne Orte in einer Route. Egal wie klein – Hauptsache, draußen, grün und überraschend.

Baum-Yoga im Park

Balance auf Ästen, Dehnung an Parkbänken, die Matte ersetzt durch Wiese – willkommen im urbanen Freiluftstudio!

Mikro-Picknick auf der Treppe

Pack Snacks ein. Setz dich auf die Treppe vor einem Theater, eine Brückenmauer oder die Promenadenkante. Urban Outdoor heißt auch: aus Gewohntem Besonderes machen.



> Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video

Es geht nicht darum, wie weit du gehst – sondern darum, dass du gehst. Und darum, wie sehr du bereit bist, Gewohntes neu zu sehen.

WAS DU DAFÜR BRAUCHST? WENIGER, ALS DU DENKST

Das Schönste: Du brauchst keine Ausrüstungsexpedition. Nur Kleidung, die mitmacht – leicht, funktional, alltagstauglich. Kleidung, die dich frisch hält, nicht nach Technik aussieht, aber trotzdem top performt. Dein Outfit muss nicht „Outdoor“ schreien. Es darf flüstern: „Ich bin bereit.“

FAZIT: STADT, LAND, ABENTEUER – HAUPTSACHE, DRAUSSEN

Natur beginnt nicht hinter dem Ortsschild. Sie beginnt an deiner Tür. Im Innenhof. Auf dem Radweg. Im kleinen Park, den du sonst nur durchquerst. Urban Outdoor ist dein Draußensein. Zwischen Altbau und Spielplatz. Zwischen Platanenallee und Skatepark. Zwischen Alltag und Leichtigkeit.

Also: Beweg dich. Schau dich um. Und sei draußen – sooft du kannst.



killtec

IDEAL FÜR STADTABENTEUER

Leicht, schnelltrocknend und angenehm zu tragen – die Funktionsbluse ist gemacht für spontane Wege, sonnige Stunden und urbane Abenteuer.

Damen-Funktionsbluse KOS 86 44,95 €

Das schnelltrocknende Funktionshemd vereint dezentes Design und funktionale Stärke – ideal für spontane Stadtwanderungen, entspannte Parkmomente oder den nächsten Abstecher ins Grüne.

Herren-Funktionshemd KOS 63 44,95 €



LEICHT, FLEXIBEL, FUNKTIONAL

Die Funktionssshorts mit regenerativer Teflon EcoElite™ Ausrüstung machen jede Bewegung mit, halten leichtem Regen stand und trocknen schnell – perfekt für aktive Sommertage in der Stadt und im Grünen.

Damen-Funktionsshorts KOS 19 49,95 €

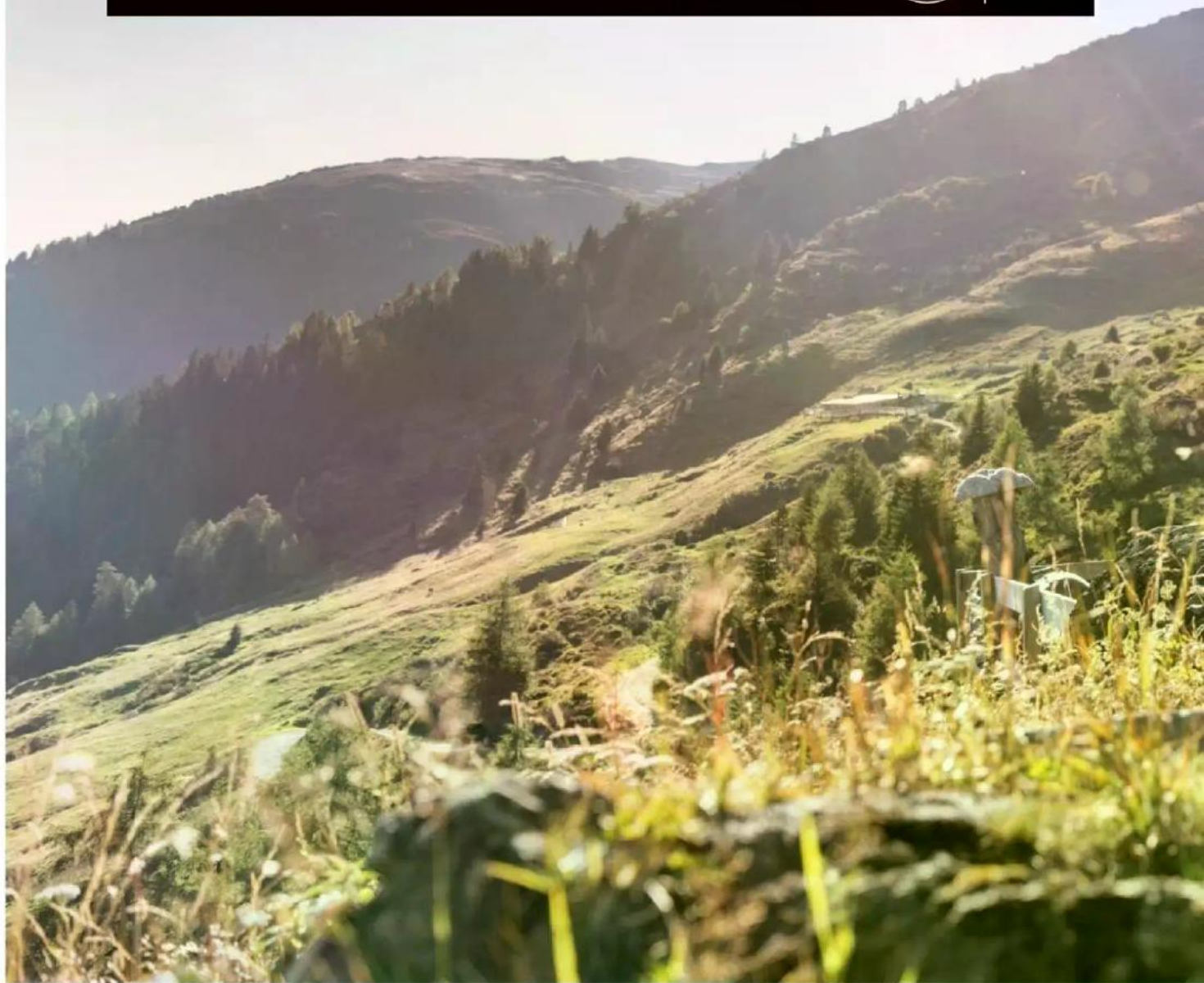
Herren-Funktionsshorts KOS 20 49,95 €

HÜTTENTOUREN

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS







DEIN ZUVERLÄSSIGER BEGLEITER

bei Wind und Wetter

Draußen sein heißt Freiheit. Frische Luft, Bewegung, neue Eindrücke – egal ob beim Spaziergang am Meer, auf einem spontanen City-Trip oder beim Ausflug in die Berge. Genau für diese Momente entwickelt killtec funktionale Bekleidung, die dich verlässlich begleitet – bei jedem Wetter und in jeder Lebenslage.

killtec steht für durchdachte Funktion, langlebige Qualität und moderne Designs, die sich nahtlos in den Alltag integrieren lassen. Mit drei Marken und Kollektionen bietet killtec vielseitige Lösungen für Sport- und Freizeitaktivitäten – vom täglichen Unterwegssein bis zum aktiven Outdoor-Erlebnis. Das Sortiment ist bewusst breit aufgestellt und richtet sich an die ganze Familie. Denn draußen zu Hause zu sein, kennt kein Alter.

Bereit für jedes Wetter

Was alle Produkte verbindet, ist der Anspruch, dich bei wechselhaften Bedingungen optimal zu begleiten. Oft folgt auf strahlenden Sonnenschein ein plötzlicher Regenschauer – umso wichtiger ist verlässlicher Wetterschutz. Wasser- und winddichte Oberstoffe, verschweißte Nähte und eine hochwertige Verarbeitung sorgen dafür, dass Wind und Feuchtigkeit draußen bleiben. Gleichzeitig ermöglichen atmungsaktive Materialien ein angenehmes Körperklima – auch bei Bewegung.

Die neue Kollektion überzeugt mit vielseitigem Layering: Shirts, Midlayer und Jacken lassen sich optimal kombinieren und unterstützen den Feuchtigkeitstransport. Je nach Modell sind die Styles



wind- und wasserdicht oder wasserabweisend, mit einer Wassersäule von 10.000 mm. Praktische Packable-Jacken sind ideal für unterwegs und auf Reisen.

Outdoor-Abenteuer für kleine Entdecker

Auch Kinder sind mit killtec bestens ausgerüstet: Robuste Regen- und Matschhosen mit verschweißten Nähten, reflektierenden Elementen und Grow-up-Funktion halten beim Spielen und Toben zuverlässig trocken und sorgen dafür, dass die Kleidung über mehrere Saisons mitwächst. Strapazierfähige Materialien machen jedes Abenteuer mit – vom Pfützenspringen bis zur Waldexpedition. Durchdachte Details wie elastische Bündchen, verstellbare Träger oder abnehmbare Kapuzen erhöhen den Komfort und erleichtern den Alltag. Ein besonderes Highlight ist der Magic Print: Bei Nässe erscheint auf ausgewählten Jacken ein Muster, das Kinder spielerisch für Regen begeistert und Funktion mit Spaß verbindet. So wird selbst graues Wetter zum Erlebnis.

Komfort, der mit dem Alltag Schritt hält

Funktion endet bei killtec nicht beim Wetterschutz. Leichte, angenehm zu tragende Materialien und durchdachte Schnitte sorgen für Bewegungsfreiheit – im Alltag ebenso wie auf Reisen oder beim Wochenendausflug. Viele Modelle lassen sich kompakt verstauen und sind schnell griffbereit, wenn das Wetter umschlägt. Zeitgemäße Farben und klare Designs ermöglichen vielseitige Kombinationen und machen die Kollektionen zu flexiblen Begleitern in unterschiedlichen Situationen.

Denn heute verlaufen die Grenzen zwischen urbanem Leben und Natur oft fließend. Der Tag beginnt im Büro oder in der Schule und führt am Nachmittag direkt ins Grüne oder zu einer spontanen Aktivität im Freien. Bekleidung sollte dabei nicht gewechselt, sondern schon im Voraus geschickt gewählt werden. Genau hier zeigt sich echte Multifunktionalität: Stücke, die sich verschiedenen Umgebungen anpassen und funktionale Eigenschaften mit einer tragbaren, alltagstauglichen Optik verbinden.

Killtec überzeugt mit Bekleidung, die nicht nur schützt, sondern sich selbstverständlich in unterschiedliche Lebenssituationen integriert. Unkompliziert und bereit für alles, was draußen wartet – eben dein zuverlässiger Begleiter.





HÜTTENTOUREN

Unterwegs zwischen Gipfel, Gemeinschaft und Gänsehautmomenten

Eine Hüttentour ist keine gewöhnliche Wanderung. Sie ist ein echtes Erlebnis – mit Höhenmetern, Hüttenabenden, Bettenlager und Bergpanorama. Für viele ist sie der Inbegriff einer gelungenen Auszeit: draußen sein, mit leichtem Gepäck unterwegs, abends ankommen, gemeinsam essen, reden, lachen – und am nächsten Morgen weiterziehen.

Was zählt, passt in den Rucksack. Alles andere bleibt im Tal. Ob als Paar, mit Freund:innen, in der Gruppe oder auch allein – Hüttentouren schenken besondere Momente, an die man sich erinnert, wenn man längst wieder auf Empfang ist.

GEMEINSAM UNTERWEGS – ABER JEDE:R AUF EIGENE WEISE

Viele gehen in der Gruppe – als Freundeskreis, Frauenteam, Männertrupp, Familie oder Verein. Gemeinsam losziehen, Wege teilen, einander motivieren, am Abend müde, hungrig und stolz auf der Hütte ankommen. Das schweißt zusammen. Andere ziehen bewusst alleine los – auf der Suche nach Ruhe, nach Weitblick, nach Gesprächen mit Menschen, denen man sonst nie begegnet.

Das Schöne an Hüttentouren: Sie lassen beides zu. Du kannst Teil einer Gemeinschaft sein oder ganz bei dir. Und manchmal passiert beides an einem Tag.

REDUKTION AUF DAS WESENTLICHE – WAS DU IN DEN BERGEN WIRKLICH BRAUCHST

Hüttentouren sind das Gegenteil von Überfluss. Was du mitnehmen kannst, musst du selbst tragen. Was du brauchst, ist durchdacht – aber nicht kompliziert. Gerade das macht den Reiz aus.

Die Etappen sind fordernd, aber nicht unbezwingbar. Die Wege aussichtsreich, aber oft auch steinig. Und die Belohnung? Sie liegt in den kleinen Dingen: der dampfenden Suppe auf der Hütte. Dem Lächeln von Mitwandernden. Dem Gefühl, jeden Meter selbst gemacht zu haben.



TATONKA
EXPEDITION LIFE

IDEAL FÜR DEINE NÄCHSTE TOUR

Die NORIX-Rucksäcke bieten dank konturennahem Tragesystem mit belüftetem Rückenpolster einen stabilen Sitz und hohen Tragekomfort. Ergonomische Schulterträger, gepolsterter, abnehmbarer Hüftgurt und verstellbarer Brustgurt sorgen für optimale Lastverteilung. Großer Rückenzugriff und elastische Taschen machen sie zu idealen Begleitern für die nächste Hüttentour.

Damen-Rucksack NORIX 24 150,00 €
Herren-Rucksack NORIX 34 160,00 €



Deine Packliste für 3–5 Tage Hüttentour

- Rucksack: 30–35 Liter, mit gutem Hüftgurt
- Wanderschuhe: eingelaufen, stabil, gute Profilsohle
- **Vor der Tour prüfen:** Schuhe, Rucksack, Regenjacke auf Funktion – besonders Sohlenverklebung und -material bei älteren Schuhmodellen
- 2–3 Merinoshirts (auch für die Nacht geeignet)
- 1 Midlayer (z. B. Fleece), 1 Regenjacke
- 1 Zipp-off-Trekkinghose, 1 Leggings/Shorts für abends
- Zweitschuhe für die Hütte
- Unterwäsche, Merinosocken, Buff oder Halstuch
- Mütze & leichte Handschuhe – auch im Sommer
- Hüttenschlafsack, kleines Mikrofaserhandtuch
- Stirnlampe, Sonnenbrille, Sonnencreme
- Hygieneartikel in Kleinstmengen, Ohropax fürs Bettenlager
- Blasenpflaster, Mini-Erste-Hilfe-Set, Kabelbinder (für Material-Notfälle)
- Packsack (für Kleidung/Schlafsack bei starkem Regen)
- Ausweis, Bargeld, DAV-Mitgliedskarte
- Snacks, Wasserflasche (mind. 1 Liter)
- Optional: leichtes T-Shirt/Baselayer für die Hütte
- Trekkingstöcke (gelenkschonend, stabilisierend bei Ab- & Aufstieg)

Wer gemeinsam loszieht, kommt mit mehr zurück

PACK SMART – DEINE AUSTRÜSTUNG FÜR DIE BERGE

Eine gute Hüttentour steht und fällt mit deiner Packliste. Das Ziel: so wenig wie möglich, so viel wie nötig. Kleidung sollte funktional, leicht kombinierbar und robust sein. Besonders praktisch: Merinowäsche – sie bleibt auch nach mehreren Tagen geruchsneutral und spart dir Wechselkleidung. Mehr Informationen dazu findest du in unserem Expertentipp „Sommermerino“ weiter hinten im Magazin. Ebenso hilfreich ist das Zwiebelprinzip: lieber mehrere dünne Schichten statt eines einzigen dicken Teils.

Auch bei der Hose lohnt sich ein Blick auf flexible Lösungen: Zipp-off-Hosen sind echte Verwandlungskünstler – Shorts und lange Hose in einem. Gerade auf langen Etappen mit wechselhaftem Wetter ist das Gold wert: Du startest früh bei kühlen Temperaturen, gehst mittags in der Sonne und kommst abends wieder in den Schatten der Hütte. Überlege dir außerdem schon beim Packen, wo was hinkommt: Regenjacke, Snacks, Sonnencreme und Karte gehören so verstaut, dass du sie unterwegs mit wenigen Handgriffen erreichst.



Unterwegssein auf Hüttentour bedeutet auch, in eine eigene Welt einzutauchen. Oft bist du stundenlang fern von Straßen, Häusern und Netzen, manchmal ohne Handyempfang, manchmal nur mit dem Wind als Begleiter. In der Gruppe wechseln sich Gespräche und Schweigen ganz selbstverständlich ab. Mal lachen alle über den letzten steilen Anstieg, mal geht jede:r ein Stück für sich und hängt den Gedanken nach. Wer alleine unterwegs ist, lernt die Stille kennen – und merkt, wie wohltuend sie sein kann. Und immer wieder sind da diese kleinen Momente: ein Murmeltier am Hang, ein Bergbach, der nach Pause ruft, der erste Blick in ein neues Tal. Natürlich ist das Ziel wichtig – aber auf dem Weg liegen die eigentlichen Schätze.

Mit jeder Etappe verändert sich nicht nur die Landschaft, sondern auch dein Blick. Dinge, die sonst selbstverständlich sind, rücken in den Hintergrund, dafür werden andere ganz groß: genug Wasser zu haben, die richtige Schicht Kleidung anzuziehen, den eigenen Rhythmus zu finden. Du merkst, wie viel dein Körper leisten kann, wie du mit Anstrengung umgehst und wie schnell aus „Puh, ist das weit“ ein „Wow, das habe ich geschafft“ wird. Die Vorfreude auf die nächste Hütte begleitet dich, aber sie nimmt dem Weg nichts von seiner Bedeutung – im Gegenteil. Je bewusster du unterwegs bist, desto intensiver fühlt sich das Ankommen an.

ZWISCHEN AUFBRUCH UND ANKOMMEN – DIE MAGIE DES UNTERWEGSSEINS

Der Moment, in dem du morgens den Rucksack schulterst und die ersten Schritte des Tages machst, fühlt sich jedes Mal ein bisschen anders an – und doch immer besonders. Die Luft ist kühler, die Geräusche noch gedämpft, der Tag liegt wie ein ungeschriebenes Kapitel vor dir. Mit jedem Meter, den du zurücklegst, lässt du ein Stück Alltag hinter dir. Der Rhythmus des Weges ersetzt das Taktgefühl von Terminen und Uhrzeiten. Auf einmal zählt nur noch: Wie fühlt sich der Boden an, wie schwer sind die Beine, was zeigt der Himmel? Der Weg wird zum roten Faden deines Tages, alles andere ordnet sich darum herum.



LEICHT UND FUNKTIONAL

Jack Wolfskin

Das leichte Material bietet optimale Passform und maximale Bewegungsfreiheit – unterstützt durch die TEXADRI-Technologie, die Feuchtigkeit aktiv von der Haut ableitet und so für ein angenehm trockenes Tragegefühl sorgt. Ein durchgehender Reißverschluss und dezente, funktionale Taschen machen die Jacke zum vielseitigen Begleiter.

Damen- oder Herren-Midlayer

LITESTRIDE HOODED FZ	110,00 €
LITESTRIDE FZ	90,00 €

MEINDL
Shoes For Actives



Comfortfit



KOMFORT TRIFFT TRITTSICHERHEIT

Für ausgedehnte Touren in leicht alpinem Gelände: Der Comfort fit®-Leisten bietet mehr Platz im Ballenbereich bei gleichzeitig eng sitzender Ferse – für optimale Passform und hohen Tragekomfort. Wasserdicht und atmungsaktiv dank GORE-TEX®.

Damen- oder Herren-Outdoorschuh
ANTELAO GTX

299,90 €

MEINDL
Shoes For Actives



Vibram



OPTIMALE PASSFORM

Passt sich dank speziellem Meindl Memory Foam perfekt an deinen Fuß an – für spürbaren Komfort bei langen Touren. Die Zwei-Zonen-Schnürung sorgt für optimalen Halt, während die Multigrip® 3 Sohle von Vibram® einen sicheren Tritt garantiert. Wasserdicht durch GORE-TEX®.

Damen- oder Herren-Multifunktionsschuh
BELLAVISTA 2 MFS

299,90 €

MEINDL
Shoes For Actives



Comfortfit

PERFEKT FÜR DIE HÜTTE

Vielseitiger Zweitschuh mit weichem Velourleder, kleinem Packmaß und hohem Komfort. Der Comfort fit®-Leisten garantiert mehr Zehenfreiheit, während die Vibram® LITE BASE Sohle den Fuß schützt und für Halt sorgt. Angenehme Dämpfung dank AIR-ACTIVE® Fußbett.

Damen- oder Herren-Barfußschuh
PURE COMFORT 3.0

139,90 €



WAS DICH ERWARTET – WENN DU OBEN ANKOMMST

Du erreichst die Hütte nach einem langen Tag. Die Beine sind müde, die Haare zerzaust, das Shirt klebt ein wenig – und du grinst trotzdem. Oder gerade deswegen.

Draußen ist es warm. Jemand lacht, Tassen klirren, ein Topf dampft. Du findest deinen Platz im Bettenlager, lockerst die Schultern, ziehst dir etwas Frisches über. Vielleicht hast du heute 1.000 Höhenmeter gemacht. Vielleicht war's weniger. Egal – du warst draußen, du hast dich bewegt, du bist angekommen. Hüttenabende haben ihre eigene Magie: Sie sind laut und leise, voll und innig, einfach und unglaublich schön.

HÜTTENKULTUR – VON KAISERSCHMARRN, KARTENRUNDEN UND STIRNLAMPENFLAIR

Das Besondere an Hüttentouren ist nicht nur das Draußensein, sondern das Drinnenankommen. Auf engstem Raum teilt man Geschichten, Gerichte, Geräusche. Einfache Küche wird zum Festmahl. Gespräche drehen sich um Blasen, Gipfel und das Leben. Abends sitzt man zusammen, spielt Karten, liest Tourenbücher, beobachtet, wie der Nebel am Fenster vorbeizieht. Und wenn dann um 22 Uhr das Licht



ausgeht, hört man nur noch Schlafsäcke rascheln, vielleicht ein Schnarchen – und manchmal den Wind, der ums Dach pfeift.

AUF ALLES VORBEREITET – ABER NICHT ÜBERLADEN

Neben deiner Planung spielt deine Ausrüstung eine entscheidende Rolle. Worauf es ankommt:

- **Schuhe:** je nach Gelände – vom leichten Allrounder bis zum festen Trekkingschuh. Sie müssen sitzen, schützen und tragen.
- **Midlayer:** leicht, atmungsaktiv, warm – perfekt für Übergänge und Hüttennächte.
- **Rucksack:** gut organisiert, bequem zu tragen, ausreichend groß – aber nicht zu sperrig.

Alles, was du brauchst, muss funktionieren. Alles, was du nicht brauchst, ist Ballast. Eine Hüttentour bringt das auf den Punkt.

FAZIT: MEHR WEG, WENIGER WEGWERF – MEHR ERLEBEN

Eine Hüttentour ist kein Urlaub. Sie ist ein Erlebnis. Ein Projekt. Ein kleines Abenteuer. Du schaltest nicht ab – du steigst auf. Und mit jedem Schritt lässt du Ballast zurück. Du brauchst keine Poolliege. Du brauchst gute Schuhe. Keine Minibar – sondern eine warme Suppe. Kein Zuviel – sondern das, was du wirklich brauchst.

Also: Pack smart. Geh los. Und komm mit Geschichten zurück.

> Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video



♀



♂



LEICHT UND KOMFORTABEL

Die ideale Basis für deine Hüttentour: Das weiche Mischgewebe mit recyceltem Polyester transportiert Feuchtigkeit zuverlässig nach außen, trocknet schnell und bleibt dank biobasiertem HeiQ-Mint-Finish auch auf Mehrtagestouren angenehm frisch. In verschiedenen Farben erhältlich.

Ärmelloser Damen- oder Herren-Baselayer

ACTIVE LIGHT 35,00 €

Kurzärmeliger Damen- oder Herren-Baselayer

ACTIVE LIGHT 40,00 €

♀



♂

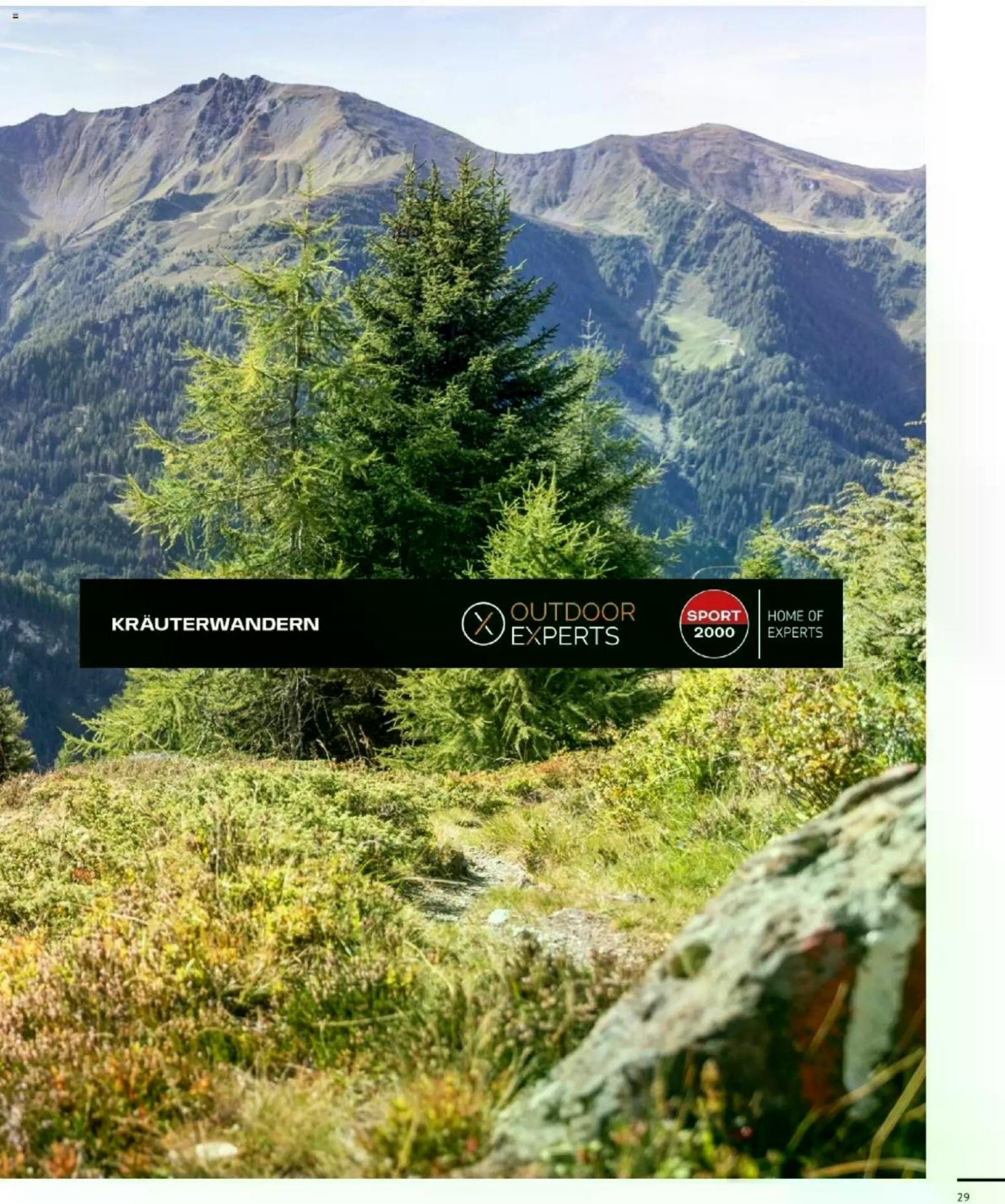


FÜR AKTIVE TAGE

Das weiche Mischgewebe mit recyceltem Polyester trocknet schnell, reguliert Feuchtigkeit zuverlässig und bleibt dank biobasiertem HeiQ-Mint-Finish frisch. Der Bund sorgt dabei für einen sicheren, bequemen Sitz von morgens bis abends.

Damen-Slip oder Herren-Boxer ACTIVE LIGHT 30,00 €





KRÄUTERWANDERN

 **OUTDOOR
EXPERTS**

**SPORT
2000**

HOME OF
EXPERTS

Sechs Touren, die du erlebt haben solltest

NAGELFLUHKETTE (Allgäu/Bayern)



- Anspruchsvolle Gratwanderung mit über 10 Gipfeln – perfekt für 2–3 Etappen.
- Start z. B. in Immenstadt oder als Rundtour am Parkplatz der Hochgratbahn mit Übernachtung im Kemptener Naturfreundehaus und Staufner Haus.
- **Highlights:** Panorama pur, ständiger Wechsel aus Auf- und Abstiegen.
- **Tipp:** Trittsicherheit & gute Kondition mitbringen!

KARWENDEL-TOUR (Tirol/Bayern)



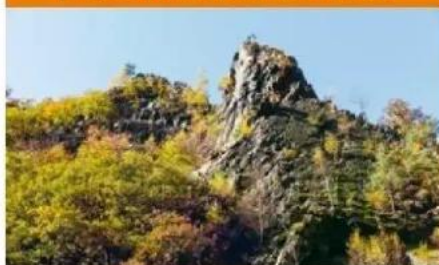
- Abwechslungsreiche Etappen durch das Herz der Nordalpen.
- Start ab Scharnitz oder Hinterriß, Hütten wie Falkenhütte oder Karwendelhaus.
- Ideal für Einsteiger:innen mit Lust auf Mehrtagestour.
- **Landschaft:** wild, weit, eindrucksvoll.
- **Highlights:** weite Karwendeltäler, schroffe Kalkgipfel und alpine Übergänge mit Hüttenabenden fernab großer Infrastruktur.
- **Tipp:** Früh planen – stabile Wetterfenster sind entscheidend.

RÄTIKON-RUNDE (Vorarlberg/Liechtenstein)



- Rundtour mit mehreren Berghütten und wechselnden Ausblicken.
- Anspruchsvoll, aber machbar – mit Gletscherblick und stillen Pfaden.
- Perfekt für alle, die sich nach echter Bergluft und Alpenidylle sehnen.
- **Highlights:** grenzüberschreitende Höhenwege mit eindrucksvollen Kalkwänden und weiten Blicken über Brandnertal, Rätikon und Rheintal.
- **Tipp:** Etappen nicht zu lang planen – viele Gegenanstiege und schmale Übergänge sind bei Nässe anspruchsvoll.

HARZER-HEXEN-STIEG (Niedersachsen/Sachsen-Anhalt)



- Abwechslungsreiche Mittelgebirgs-Mehrtagestour durch Wälder, Moore und über das Brockenplateau.
- Start z. B. in Osterode oder Torfhaus, mit möglichen Übernachtungen im Brockenhaus, in Torfhaus oder in Berggasthöfen entlang der Strecke.
- **Highlights:** mystische Landschaften, Hochmoore, Granitfelsen und weite Ausblicke.
- **Tipp:** Wetterfest planen – auf dem Brocken kann es auch im Sommer rau werden.

FORSTSTEIG ELBSANDSTEIN (Sächsische Schweiz/Sachsen)



- Mehrtagestour durch die abgeschiedenen Teile des Elbsandsteingebirges – ideal für 2–3 Etappen.
- Start z. B. in Bad Schandau oder Schöna, mit Übernachtungen in offiziellen Trekkinghütten, Biwakplätzen oder einfachen Forstunterkünften entlang der Route.
- **Highlights:** einsame Sandsteinpfade, tiefe Schluchten, spektakuläre Felsformationen und echtes Abenteuergefühl abseits klassischer Wege.
- **Tipp:** Gute Planung nötig – Wasser, Übernachtungsplätze und Genehmigungen im Voraus organisieren.

RENNSTEIG – THÜRINGER WALD (Thüringen)



- Klassiker unter den deutschen Fernwanderwegen: aussichtsreiche Kammwanderung mit Berghäusern – ideal für 3–4 Etappen.
- Start z. B. in Eisenach oder Oberhof, mit Übernachtungen in traditionellen Rennsteig-Häusern und Wanderhütten entlang der Route.
- **Highlights:** Wechsel aus stillen Waldpassagen, Hochflächen und markanten Aussichtspunkten, durchgehend auf dem historischen Grenzweg.
- **Tipp:** Trotz moderater Höhenmeter nicht unterschätzen – die Etappen sind lang und laufintensiv.



Kräuterwandern und die natürliche Outdoor-Apotheke

WILD. GRÜN. HEILSAM

Wandern ist Bewegung, Natur, Weitblick – aber manchmal auch: eine kleine Entdeckung am Wegesrand. Ein unscheinbares Blatt. Ein würziger Duft. Und die Erkenntnis: Die Natur kann weit mehr als nur schön sein.



ICAPPAK

OPTIMALER SCHUTZ BEIM SAMMELN UND ENTDECKEN

Mit einem UV-Schutzfaktor UPF 30, der ohne chemische Zusätze auskommt. Angenehm auf der Haut, leitet Feuchtigkeit ab und kann sowohl solo als auch im Layering getragen werden. Dank lockerer Passform geeignet für unterschiedliche Einsatzbereiche.

Damen- oder Herren-Longsleeve BARLING/BOLTON 29,99 €

Was am Wegesrand wächst, kann mehr, als du denkst

OUTDOOR TRIFFT HEILPFLANZE – WAS WÄCHST, WENN DU WANDERST

Mit dem Frühling beginnt die Hauptsaison für Wildkräuter. Und mit ihr die beste Zeit, um die Natur nicht nur zu durchwandern, sondern auch kennenzulernen. Hier eine kleine Auswahl an Alltags Helfern, die man nicht unterschätzen sollte:

SPITZWEGERICH – das Pflaster der Natur. Hilft bei Insektenstichen, Schürfwunden und vor allem bei Blasen: Einfach ein frisches Blatt zerreiben und auf die betroffene Stelle legen – kühlt, beruhigt, heilt.



Wer ab April aufmerksam unterwegs ist, entdeckt ein grünes Netzwerk an Heilpflanzen – viele davon direkt neben dem Pfad. Ob für die Hausapotheke, die Brotzeitbox oder als Erste Hilfe bei Outdoor-Wehwechen: Unsere heimischen Kräuter können überraschend viel.

ÄRMEL RUNTER – DRAUSSEN SCHÜTZEN STATT KRATZEN

Beim Kräuterwandern geht es oft querfeldein – durch hohes Gras, über Waldränder, entlang von Bachläufen. Genau dort, wo's spannend wird, lauern manchmal auch Brennnesseln, Zecken oder schlicht zu viel Sonne.

Ein leichtes, atmungsaktives Longsleeve und eine dünne, lange Hose schützen zuverlässig, ohne zu beschweren. Gerade an sonnigen Frühlingstagen ist es oft angenehmer, den Arm zu bedecken, statt ihn einzucremen. Und: Wer mit offenem Blick durch die Natur streift, hat gerne beide Hände frei – da muss die Kleidung einfach mitspielen.

Denn beim Bestimmen, Pflücken und Sammeln zählt Fingerspitzengefühl. Man kniet sich ins Gras, beugt sich über kleine Pflanzen, tastet vorsichtig zwischen Blättern und Stängeln. Wenn Stoff genug Abstand zur Haut hat und somit Bewegungsfreiheit schenkt, bleibt die Aufmerksamkeit bei dem, was wirklich wichtig ist: dem Entdecken. So wird Kleidung zur stillen Begleiterin – unauffällig, funktional und genau dort unterstützend, wo Naturerlebnis und Achtsamkeit aufeinandertreffen.

GUNDERMANN – wüzig-herb, entzündungshemmend, unterstützt die Atemwege. Klein, unscheinbar – aber kraftvoll.



GIERSCH – schmeckt wie Petersilie mit Zitrusnote, enthält viel Vitamin C und Magnesium. Perfekt für unterwegs oder im Kräuterquark.

SCHAFGARBE, WIESENLABKRAUT oder junge **BRENNNESSELSPIZTEN** – sie alle lassen sich (mit Kenntnis!) kulinarisch und heilkundlich nutzen.



Unser Tipp:

Wer unsicher ist, beginnt am besten mit einer geführten Kräuterwanderung. Viele Regionen bieten diese an – über VHS, Naturparks oder lokale Umweltzentren. Man lernt nicht nur sichere Pflanzen kennen, sondern auch die besten Sammelstellen vor Ort.



> Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video

FAZIT: NATURWISSEN TRIFFT ABENTEUERGEIST

Kräuterwandern ist mehr als ein Trend – es ist ein Zurückerobern alten Wissens. Ein achtsames Draußensein. Und manchmal sogar ein kleiner Outdoor-Notfallhelfer.

Wer sich auf die grüne Welt am Wegesrand einlässt, entdeckt Heilung, Geschmack und Geschichte. Also: Ärmel runter, Augen auf – und los. Die besten Rezepte der Natur liegen direkt vor deinen Füßen.

Kräuterküche to go – Wildkräuterquark für unterwegs

Ein frischer Wildkräuterquark ist nicht nur gesund, sondern auch verdammt lecker – ob als Brotaufstrich, Dip oder Füllung für Wraps. Und so geht's:

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Quark (optional mit Joghurt gemischt)
- 1 TL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- Etwas Zitronensaft
- Eine Handvoll frisch gesammelte Wildkräuter (z. B. Giersch, Gundermann, Schafgarbe)

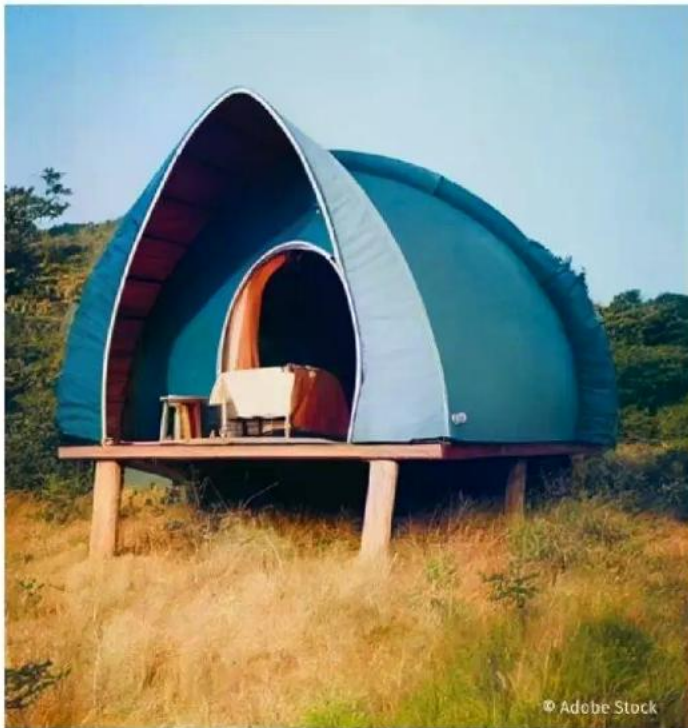
Zubereitung:

Kräuter fein hacken, alle Zutaten vermengen, abschmecken. In ein Schraubglas füllen – fertig ist der Snack für die nächste Rast. Zuvor kühl gelagert, hält der Quark auch im Rucksack für einige Stunden.



GLAMP YOUR WAY

Glamping steht für eine neue Art des Draußenseins: naturnah, entschleunigt und gleichzeitig komfortabel.



Statt Zelt, Isomatte und Schlafsack erwarten dich durchdachte Unterkünfte wie Safarizelte, Baumhäuser oder Cottages – oft möbliert, wettergeschützt und mit Annehmlichkeiten, die man sonst aus dem Hotel kennt. So wird die Natur zum Rückzugsort, ohne dass du auf Bequemlichkeit verzichten musst.

NATUR ERLEBEN, KOMFORT GENIEßEN

Glamping ist die entspannte Art, draußen zu sein – ohne Hektik, ohne Improvisation und ohne Verzicht. Du kommst an, atmest durch und merkst sofort: Hier darf der Tag langsamer werden. Der Wald, die Wiesen, die frische Luft und diese besondere Stille schaffen Raum für echte Erholung. Was früher als Luxus galt, ist heute etwas viel Wertvolleres: Zeit, die dir gehört. Morgens barfuß ins Gras treten, den Kaffee auf der Terrasse genießen und beobachten, wie der Nebel langsam zwischen den Bäumen aufsteigt. Später ein Spaziergang zum See, eine kleine Wanderung zum Aussichtspunkt oder einfach

ein gutes Buch im Liegestuhl. Alles darf, nichts muss. Gerade dieser fließende Übergang zwischen Aktivität und Entspannung macht den besonderen Reiz aus. Ohne festen Plan, aber mit dem guten Gefühl, genau am richtigen Ort zu sein.

VIELSEITIG UNTERWEGS – VOM MORGENKAFFEE BIS ZUM ABENDLICHEN LAGERFEUER

Damit diese Freiheit auch unterwegs erhalten bleibt, braucht es Kleidung, die sich deinem Tag anpasst. Genau hier setzt ICEPEAK an. Die Marke verbindet funktionale Outdoor-Kompetenz mit einem modernen, vielseitigen Design – entwickelt für Menschen, die Natur erleben möchten, ohne auf Komfort und Stil verzichten zu müssen.

Inspiriert von der nordischen Outdoor-Tradition entstehen Kollektionen, die sich für Alltag und Natur gleichermaßen eignen. Funktionale Materialien sorgen für ein angenehmes Körperklima, wenn der Tag aktiv beginnt. Leichte Isolationsschichten halten warm, sobald die Sonne hinter den Baumwipfeln verschwindet, während wasserabweisende Oberstoffe bei einem kurzen Regenschauer schützen. Kleidung wird so zum verlässlichen Begleiter – vom ersten Kaffee draußen bis zum Abend am Lagerfeuer.

Multifunktionalität ist bei ICEPEAK kein Zusatz, sondern das grundlegende Prinzip. Klare Linien, harmonische Farbwelten und moderne Silhouetten verleihen den Produkten eine stilvolle, zeitgemäße Ästhetik und sorgen dafür, dass sie sich perfekt in unterschiedliche Situationen einfügen: funktional genug für eine spontane Wanderung, stilvoll genug für einen Stadtbummel. So entstehen Kleidungsstücke, die sich nicht wie reine Funktionsbekleidung anfühlen, sondern wie vielseitige Lieblingsstücke – bereit für Bewegung, aber ebenso für entspannte Momente.

WENIGER GEPÄCK, MEHR MÖGLICHKEITEN

Glamping lebt von spontanen Momenten: ein kurzer Abstecher auf den Waldpfad, eine Wanderung zum Aussichtspunkt oder ein ruhiger Nachmittag am Camp. Kleidung, die sich unkompliziert kombinieren lässt, macht diese Übergänge besonders leicht.

ICEPEAK setzt deshalb auf ein durchdachtes Lagenkonzept. Leichte Midlayer, funktionale Jacken und atmungsaktive Materialien lassen sich flexibel an unterschiedliche Temperaturen und Aktivitäten



© ICEPEAK

anpassen. So entsteht ein System, das Freiheiten schafft – und gleichzeitig dafür sorgt, dass das Gepäck überschaubar bleibt.

Die Idee dahinter passt perfekt zum Gedanken des Glampings: weniger Ballast, mehr Möglichkeiten. Kleidung, die vom Spaziergang durch den Wald bis zum entspannten Abend draußen funktioniert und sich selbstverständlich in den Rhythmus des Tages einfügt.

ICEPEAK entwickelt Kollektionen für Menschen, die sich gern draußen aufhalten – manchmal aktiv auf neuen Pfaden, manchmal ganz gemütlich am Lagerfeuer. Für alle, die Natur bewusst erleben möchten und Wert auf Kleidung legen, die Bewegung, Komfort und Stil miteinander verbindet.



© Adobe Stock

DER PERFEKTE GLAMPING-TAG

Morgens: barfuß ins Gras treten, den ersten Kaffee in der Sonne genießen und dem Zwitschern der Vögel lauschen, während die Natur langsam erwacht.

Tagsüber: Zeit für Bewegung: ein Spaziergang durch den Wald, eine kleine Wanderung zum Aussichtspunkt oder ein erfrischender Abstecher zum See.

Abends: Wenn die Sonne hinter den Bäumen verschwindet, wird es gemütlich – Lagerfeuer, Sternenhimmel und die besondere Ruhe, die nur draußen entsteht.

Das Wichtigste dabei: vielseitige Kleidung, die Bewegung und Entspannung gleichermaßen mitmacht. So bleibt der Fokus genau dort, wo er hingehört – auf dem Moment.

GLAMPING BEDEUTET NICHT AUTOMATISCH MEHR GEPÄCK

Komfort entsteht nicht durch Masse, sondern durch kluge Auswahl. Kleidung, die atmungsaktiv, schnelltrocknend und gut kombinierbar ist, funktioniert bei einer kleinen Bergtour genauso wie beim Sundowner vor dem Zelt.

Weniger Teile, mehr Möglichkeiten – das schafft Raum für das, worum es draußen wirklich geht.



EXPERTENTIPP MOSKITOSCHUTZ

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS

MEHR SCHUTZ, WENIGER STICHE

Kleidung gegen Mücken, Zecken & Co.

Je wärmer es wird, desto mehr stechen sie zu – Mücken & Co. Textilien mit integriertem Moskitoschutz bieten unterwegs zuverlässige Abwehr ganz ohne Sprühnebel. Was sie leisten und worauf du beim Kauf achten solltest.

Wer draußen unterwegs ist – sei es auf Trekkingtour, beim Reisen oder im heimischen Garten – kennt das Problem: Mücken und Zecken stechen und beißen. Und sie sind längst nicht mehr nur lästig, sondern

potenziell gefährlich. Infektionskrankheiten wie FSME, Borreliose oder Dengue sind längst keine Seltenheit mehr. Gute Schutzkleidung kann hier mehr leisten als langärmelige Shirts. Spezielle Textilien mit integrierter Insektenabwehr bieten dabei eine wirksame Barriere – direkt im Gewebe, ganz ohne Nachsprühen. Der Wirkstoff ist fest im Garn verankert und bleibt selbst bei starker Beanspruchung oder häufigem Waschen lange erhalten. So wird verhindert, dass Insekten überhaupt auf dem Stoff landen oder zustechen können.



UNTERSCHIEDE BEI SCHUTZFUNKTION UND WIRKUNGSWEISE

Dabei gibt es zwei grundlegende Schutzprinzipien: chemisch oder pflanzenbasiert. Chemische Varianten – meist auf Basis von Permethrin – wirken toxisch auf Insekten, was sie zuverlässig abwehrt oder direkt tötet. Sie bieten einen sehr hohen Schutz, sind aber nicht unumstritten: Umweltaspekte und mögliche Hautreaktionen bei empfindlichen Personen sind Faktoren, die man im Blick behalten sollte.

Alternativ setzen einige Hersteller auf pflanzliche Lösungen, etwa mit Eukalyptus-Extrakt. Dieser wirkt rein abschreckend, beeinträchtigt aber nicht die Umwelt oder das Hautmikrobiom. Der große Vorteil: Insekten können keine Resistenz dagegen entwickeln, was bei chemischen Mitteln langfristig ein Problem sein kann.

Wichtig beim Kauf ist die Qualität des Wirkstofftransports: Hochwertige Produkte arbeiten nicht mit einer simplen Oberflächenbeschichtung, sondern integrieren die schützenden Substanzen direkt in die Faser. So bleibt der Effekt auch nach vielen Waschgängen



CRAGHOPPERS

OPTIMALER SCHUTZ

Leichtes Funktionshemd mit zuverlässigem Schutz vor Sonne und Geruchsbildung sowie integrierter, pflanzenbasierter Insektenabwehr. Das pflegeleichte, schnelltrocknende Material mit Rückenbelüftung sorgt für ein dauerhaft frisches Tragegefühl. Mit praktischen Features wie aufrollbaren Ärmeln, Sicherheits-Reißverschlusstaschen und Sonnenschutzkragen.

**Damen- oder Herrenshirt NOSILIFE
ADVENTURE LONG SLEEVED SHIRT III**

109,95 € / 119,95 €

Was steckt drin? Der Überblick im Vergleich

Pflanzenbasierter Insektenschutz (z. B. Eukalyptus):

- umweltfreundlicher, hautverträglicher
- abschreckend statt toxisch
- kein Resistenzrisiko
- ideal für häufigen, langfristigen Einsatz

Chemischer Insektenschutz (z. B. Permethrin):

- sehr hohe Wirksamkeit
- tötet Insekten bei Kontakt
- mögliche Umwelt- und Hautbelastung
- Risiko der Resistenzbildung



stabil. Wer solche Textilien trägt, profitiert gleich doppelt: Viele Modelle kombinieren Insektenschutz mit UV-Schutz, atmungsaktiven Materialien und funktionellen Schnitten. Perfekt für Reisen in tropische Zonen, aber auch für heimische Sommertage im Wald oder an Gewässern. Hinzu kommt bei manchen Anbietern ein Reparaturservice, bei dem der Insektenschutz auch nach der Reparatur erhalten bleibt – das macht die Kleidung besonders langlebig und nachhaltig.

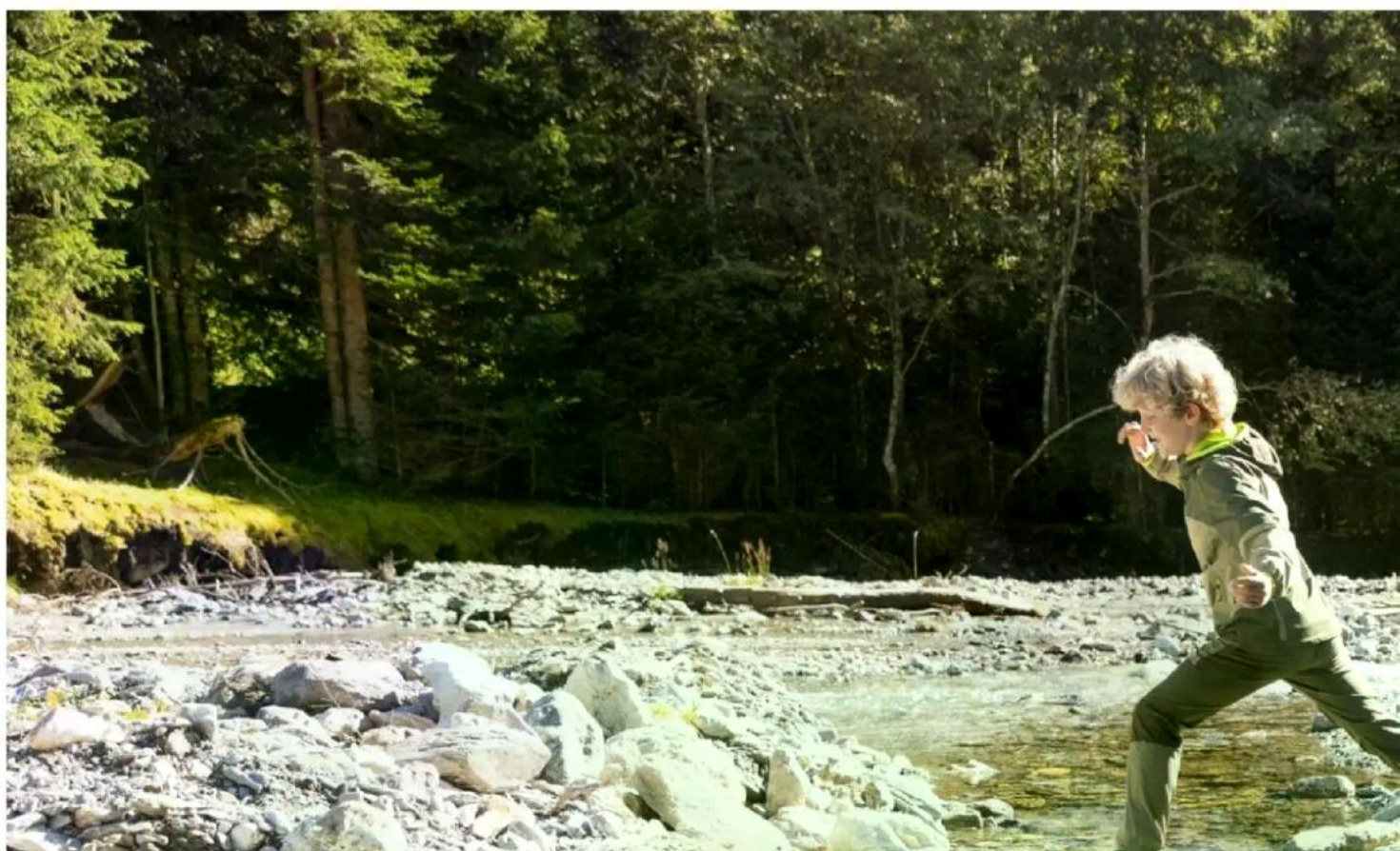
Trotz aller Technik ersetzt Schutzkleidung jedoch kein umsichtiges Verhalten. Helle Farben machen Zecken schneller sichtbar, eng anliegende Abschlüsse an Ärmeln und Hosenbeinen verhindern, dass Insekten unter den Stoff gelangen. Gerade in Regionen mit hoher Mücken- oder Zeckenbelastung lohnt es sich zudem, exponierte Hautpartien zusätzlich zu schützen – etwa an Händen oder im Gesicht. Entscheidend ist das Zusammenspiel aus Material, Schnitt und Situation. Wer regelmäßig in betroffenen Gebieten unterwegs ist, sollte seine Kleidung gezielt nach Einsatzzweck auswählen – nicht nach Optik. Denn Schutz entsteht nicht zufällig, sondern durch bewusste Entscheidung.

Unser Expertentipp:

Wähle deine Schutzkleidung passend zum Einsatzgebiet – und setze auf eine Technologie, die überall zuverlässig funktioniert. Moderne, pflanzenbasierte Insektenabwehr bietet effektiven Schutz – sowohl in mitteleuropäischen als auch in tropischen Regionen. Berücksichtige dabei stets die Angaben des Herstellers. Wichtig ist, dass der Schutz tief in der Faser sitzt – nur so hält er lange und bleibt auch bei Hitze, Schweiß und häufigem Waschen zuverlässig wirksam.

> Mehr Expertenwissen zu diesem und weiteren Themen findest du hier





FAMILIENABENTEUER

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS





RAUS INS ECHTE LEBEN

Familienabenteuer unter freiem Himmel



Wenn Kinder draußen sind, passiert etwas. Ihr Blick wird weiter. Ihr Tempo langsamer. Ihre Fantasie lauter. Und Eltern? Die entdecken oft sich selbst neu – als Mitspielende, Mutmachende, Miterlebende. Das Abenteuer beginnt nicht in den Bergen, sondern oft schon am Waldrand, an der nächsten Wiese, am verlassenem Steinturm mit Moosbewuchs.

Draußen wartet kein perfekt getaktetes Freizeitprogramm – sondern ein offenes Spielfeld voller Möglichkeiten. Zeit, es gemeinsam zu entdecken.

WENN DAS ABENTEUER RUFT – BRAUCHT MAN PLÖTZLICH KEINE TABLETS MEHR

Der Familienalltag ist oft ein Drahtseilakt. Termine, Hausaufgaben, WhatsApp-Gruppen, Bildschirmzeit. Die Welt ist laut und voll – auch für die Kleinsten. Genau deshalb wirkt Natur heute wie ein Gegengewicht: Sie ist ehrlich, entschleunigend, frei. Und vor allem – sie funktioniert ohne WLAN.

Kinder, die draußen unterwegs sind, finden schnell wieder zu ihrem natürlichen Spieltrieb zurück. Und Erwachsene merken: Wenn das Handy in der Tasche bleibt, beginnt das echte Miteinander. Es geht nicht um Erziehung, nicht um Leistung – sondern ums gemeinsame Erleben. Was bleibt, ist nicht das perfekte Familienfoto – sondern der Moment, in dem alle gelacht haben, weil jemand beim Pfützen-springen ausgerutscht ist.



WILDNIS STATT WOHNZIMMER – WAS KINDER WIRKLICH BEGEISTERT

Es braucht keine Themenparks oder teuren Ausflüge, um Kinder zu faszinieren. Meist reichen Stock, Stein und Schlamm. Ein kleiner Hang wird zur Rutschbahn, ein umgestürzter Baum zum Piratenschiff, ein Bachlauf zur Goldgrube. Die Natur gibt nichts vor – und genau das macht sie so spannend.

Gerade Ruinen, verlassene Mauern oder halb versteckte „Lost Places“ regen die Fantasie an. „Hier wohnte bestimmt ein Ritter“, flüstert jemand. Und schon beginnt das Rollenspiel. Die alte Burgruine wird zum Zauberort, das vermooste Gemäuer zum Drachennest. Kinder kreieren Geschichten, Eltern lassen sich mitziehen – und plötzlich ist alles möglich.

CMP



BEREIT FÜR ABENTEUER

Ob Matsch, Wind oder plötzlicher Regenschauer – die wetterfesten Funktionsjacken halten kleine Entdecker:innen zuverlässig trocken. Die Clima Protect® Membran sorgt für Wasserdichtigkeit und Atmungsaktivität, während Kapuze, elastische Bündchen und ein verstellbarer Saum für einen optimalen Sitz sorgen.

Mädchen-Funktionsjacke 49,95 €
Jungen-Wetterjacke 59,95 €



OPTIMALER WETTERSCHUTZ

Die leichten Softshelljacken schützen dank Clima Protect-Membran und fester Kapuze auch bei wechselhaftem Wetter. Atmungsaktiv, komfortabel und mit praktischen Taschen ausgestattet, sind sie ideale Begleiter für Outdoor-Abenteuer mit der ganzen Familie.

Damen- oder Herren-Softshelljacke
 89,95 € / 99,95 €

Ein Bach kann spannender sein als jeder Bildschirm – man muss ihn nur entdecken.

GEMEINSAM RAUS – SO WERDEN ERLEBNISSE ZU ERINNERUNGEN

Das Beste an Outdoor-Abenteuern? Sie sind einfach umzusetzen – wenn man bereit ist, sich darauf einzulassen. Es braucht keine großen Pläne. Nur die Entscheidung, loszugehen. Ob am Wochenende oder spontan nach Feierabend.

Ein paar Ideen für gemeinsames Draußensein mit Kindern:

- **Spurenlesen im Wald** – wer war hier vor uns?
- **Schatzsuche mit selbst gezeichneter Karte** – der Weg ist das Ziel.
- **Stockbrot am Lagerfeuer** – oder mit dem Taschenkocher am Fluss.
- **Zelten im eigenen Garten** – der Sternenhimmel funktioniert überall.
- **Regentour mit Gummistiefeln** – Matsch macht mehr Spaß als Fernsehen.
- **Ruinenbesuch mit Gruselgeschichte** – und Mutprobe inklusive.

Das Wichtigste: Eltern spielen mit. Animieren nicht, sondern sind Mitabenteurer:innen. Wer selbst springt, klettert, fragt und staunt, steckt an – und schafft Verbindungen, die im Alltag oft zu kurz kommen.



Tipp:

Draußen gemeinsam wachsen – kleine Ideen, große Wirkung

- **Weg mit dem Plan – her mit der Neugier:** Lasst die Kinder mal die Richtung bestimmen.
- **Schatzkarte zeichnen:** Mit ein bisschen Fantasie wird jeder Spaziergang zur Expedition.
- **Wetter? Egal!** Die richtige Kleidung macht auch Nieselregen zum Vergnügen.
- **Pause machen:** Mit heißem Tee, Picknick und Geschichten.
- **Ruinen entdecken:** Sucht euch alte Mauern, Mühlen, Türme – und spinnt eure eigene Geschichte dazu.
- **Improvisieren erlaubt:** Aus Moos wird ein Kissen, aus Steinen ein Lagerfeuer.
- **Handy aus – Sinne an:** Lauscht auf Vogelstimmen, entdeckt Gerüche, zählt Käfer.

> Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video





GUT AUSGERÜSTET, ABER NICHT VERKLEIDET

Natürlich: Wer draußen unterwegs ist, sollte nicht frieren. Oder in nassen Schuhen stecken. Aber: Es geht nicht um die perfekte Ausstattung, sondern um Bewegungsfreiheit und Freude.

Eine wetterfeste Jacke, die auch mal auf dem Waldboden landen darf. Bequeme Schuhe mit Grip, die durchs Gelände tragen – und vielleicht auch durch den nächsten Bach. Ein Rucksack, in dem Platz ist für Proviant, Becherlupe, Ersatzsocken und geheimnisvolle Fundstücke. Für Kinder zählt das, was sie erleben. Und für Erwachsene gilt: Wer sich draußen wohlfühlt, bleibt entspannter. Und genau das überträgt sich.

FAZIT: ECHE ABENTEUER BRAUCHEN KEINE STECKDOSE

Manche Erinnerungen beginnen mit dreckigen Schuhen und enden mit glücklichen Gesichtern. Manchmal ist es nur ein Nachmittag. Oder eine Nacht im Zelt. Ein Fundstück im Bach. Eine Geschichte, die man gemeinsam erfindet. Aber genau daraus werden die Erlebnisse, die bleiben. Für Kinder ist das Draußensein ein Spiel. Für Eltern eine Rückbesinnung. Für Familien eine gemeinsame Zeit, die ohne Druck, ohne Ziel und ohne Filter auskommt.

Also: Jacke drüber, Schuhe an. Und los. Die Natur wartet. Und das echte Leben auch.



LOWA

FÜR KLEINE ENTDECKER:INNEN

Egal, ob sportliche Trailwanderung, Waldspaziergang oder Abenteuerspielplatz – der Multifunktionsschuh schützt zuverlässig. Wasserdicht dank GORE-TEX®, während Dämpfung und Grip für Komfort und sicheren Halt sorgen.

Kinder-Wanderschuh

WANDAX GTX MID JR

125,00 €



LOWA

ROBUST UND WETTERFEST

Made in Germany – mit hochwertigem Veloursleder, einer dämpfenden LITECELL PU-Zwischensohle, einer griffigen VIBRAM®-Außensohle und wasserdichtem GORE-TEX®-Schutz bietet der Schuh zuverlässigen Halt, Komfort und Ausdauer – selbst auf langen Strecken und bei wechselhaftem Wetter.

Damen- oder Herren-Trekkingschuh

LOWA EXPLORER GTX MID (Ws)

230,00 €



LOWA

VERLÄSSLICH BEI JEDEM SCHRITT

Die ideale Kombination aus Dämpfung, Stabilität und Flexibilität – für abwechslungsreiche Wege im Familienalltag. GORE-TEX® schützt vor Nässe, während die LITECELL PU-Zwischensohle und die Vibram®-Außensohle für Komfort, Grip und Dynamik sorgen.

Damen- oder Herren-Trekkingschuh

LOWA EXPLORER GTX LO (Ws)

200,00 €

GUT UNTERWEGS MIT DEM PASSENDEN SCHUH

Wer draußen unterwegs ist, weiß: Der richtige Schuh entscheidet. Über Komfort, über Sicherheit – und darüber, wie sich ein Tag am Berg wirklich anfühlt. Ob entspannter Spaziergang, ausgedehnte Trekkingtour oder anspruchsvolle Hochgebirgsetappe: Unterschiedliche Wege stellen unterschiedliche Anforderungen an Material, Konstruktion und Stabilität.

DER RICHTIGE SCHUH FÜR JEDE OUTDOOR-AKTIVITÄT

MEINDL beschäftigt sich seit Generationen mit genau dieser Frage: Welcher Schuh passt zu welchem Abenteuer? Bereits 1976 entwickelte Alfons Meindl ein Kategorisierungssystem, das bis heute als Standard in der Outdoor-Branche gilt. Die Einteilung in die Kategorien A bis D schafft Klarheit in einem vielfältigen Markt – und hilft dabei, für jedes Vorhaben den passenden Begleiter zu finden.

Kategorie A – Lightwalker für Freizeit & Alltag

Die Einstiegs-kategorie A steht für maximale Flexibilität im Alltag. Ob bei Spaziergängen im Park, beim Walking, auf Reisen oder im täglichen Einsatz – Schuhe dieser Klasse sind leicht, weich und besonders bequem. Ideal für gut ausgebaute Wege, für Stadt, Land und leichte Bewegung in der Natur.

Kategorie AB – klassische Wanderungen

Etwas fester, höher geschnitten und mit ausgeprägterem Profil – die Schuhe der Kategorie AB sind für erste echte Wanderabenteuer gemacht. Sie bieten Halt im Mittelgebirge, auf Forstwegen, Almsteigen und ausgebauten Wanderpfaden und sind damit die perfekten Einstiegsmodelle für alle, die mehr wollen als einen Spaziergang. Die Sohlen sind griffiger, die Knöchel besser geschützt und das Laufgefühl angenehm stabil.

Kategorie B – Trekking & anspruchsvolles Gelände

Ideal für längere Strecken und wechselnde Untergründe mit steileren Abschnitten. Die Modelle der Kategorie B bieten eine robuste Konstruktion mit festerem Schaft und steiferer Sohle. Oft sind sie zusätzlich mit einem Gummigürtel versehen, der vor Geröll und Feuchtigkeit schützt. Sie sind gemacht für leichtes alpines Gelände, lange Tagesetappen und unwegsame Pfade. Die Schuhe stützen Fuß und Knöchel besonders gut – ideal für längere Strecken mit Gepäck.

Kategorie BC – ambitioniertes Trekking

Für felsiges Terrain, Geröll und anspruchsvolle Bergtouren. Die Schuhe der Kategorie BC bringen Stabilität, Grip und Trittsicherheit mit. Sie sind geeignet für harte Touren, bei denen es auch mal durch Schnee-

felder oder über ausgesetzte Passagen geht. Viele Modelle dieser Kategorie lassen sich mit Leichteisen kombinieren.

Kategorie C – Hochgebirge & Gletscher

Steigeisenfest, torsionssteif und äußerst robust. Die Kategorie C steht für besonders trittstabile Alpin-Trekkingsschuhe, die in felsigem Gelände, auf Gletschern und bei Touren mit Steigeisen bestehen. Sie bieten maximalen Halt und sind so konstruiert, dass sie auch unter herausfordernden Bedingungen verlässlich bleiben. Diese Modelle sind der ideale Begleiter für Hochgebirgstouren und längere alpine Unternehmungen, bei denen Sicherheit, Isolation und Präzision entscheidend sind.

Kategorie D – Expedition & Extrembereich

Maximale Stabilität, Isolation und absolute Steigeisenfestigkeit: Für Einsätze im extremen alpinen Gelände – dort, wo der Weg aufhört und Eisklettern, Gletscherquerungen oder Expeditionen beginnen. Die Schuhe der Kategorie D vereinen maximale Stabilität, Isolation und Schutz in einer kompromisslosen Konstruktion.



- A** Für Freizeit, sportliche Aktivitäten in der Natur, auf Reisen und im Alltag
- AB** In Hochalmregionen, im Mittelgebirge und auf ausgebauten Wegen
- B** Ausgedehnte Touren und bequemes Wandern in leichtem alpinen Gelände
- BC** Mittlere Alpin-Einsätze und Klettersteige (Leichteisen möglich)
- C** Besonders trittstabil für Alpin-Trekking in Fels, Wand, Geröll und Gletscher, für Steigeisen geeignet
- D** Absolut verlässlich bei extremen Einsätzen im kritischen Gelände, absolut steigeisenfest

Comfortfit®



1. Mehr Zehenfreiheit und mehr Volumen.
2. Mehr Ballenweite und Geradestellung der Großzehe.
3. Breiter Stand durch die breitere Sohlenbasis.
4. Perfekte Passform durch die enge Ferse.

MEINDL COMFORT FIT® - WELLNESS FÜR DIE FÜSSE

Neben dem Einsatzbereich spielt die Passform eine entscheidende Rolle. Beim Schuhkauf ist die Auswahl oft begrenzt, wenn Fragen wie „Ist mein Fuß besonders voluminös?“ oder „Brauche ich orthopädische Einlagen?“ aufkommen. Für diese speziellen Anforderungen hat MEINDL das Comfort fit®-Schuhkonzept entwickelt - eine Passformlösung für Füße mit besonderen Ansprüchen, die gezielt mehr Volumen im Vorfußbereich bietet, ohne an Stabilität einzubüßen.

DER LEISTEN FÜR KOMFORT

Der Leisten ist das wichtigste Werkzeug von Schuster:innen und definiert die Passform des Schuhs. Für die Comfort fit®-Serie hat MEINDL einen speziellen Leisten entwickelt, der mehr Volumen bietet und dennoch ausreichend Halt garantiert. Besonders im Vorfußbereich haben die Zehen mehr Bewegungsfreiheit, während die stärkere Ausformung am Ballenpunkt dafür sorgt, dass die Großzehe gerade steht und der Druck am Ballen reduziert wird. Die geräumige Zehenbox gibt auch den äußeren Zehen genügend Raum zum „Atmen“. Die kompakt gehaltene Ferse bietet Stabilität und verhindert Scheuerstellen sowie Blasenbildung. Zudem unterstützt eine eingebaute „Rolle“ in der Sohle die natürliche Abrollbewegung des Fußes.



QUALITÄT, DIE TRÄGT

Vom leichten Freizeitmodell bis zum Expeditionsschuh steht MEINDL für konsequente Materialauswahl, handwerkliche Erfahrung und funktionale Konstruktion. Die klare Kategorisierung sorgt für Orientierung im Gelände, innovative Passformkonzepte garantieren individuellen Komfort. So wird die Wahl des richtigen Schuhs nicht zur Frage des Zufalls, sondern zur bewussten Entscheidung für ein Modell, das Sicherheit gibt und Komfort spürbar macht. Ergänzt durch langlebige Verarbeitung und durchdachte Details entsteht ein Schuh, der unterschiedlichste Anforderungen zuverlässig meistert.

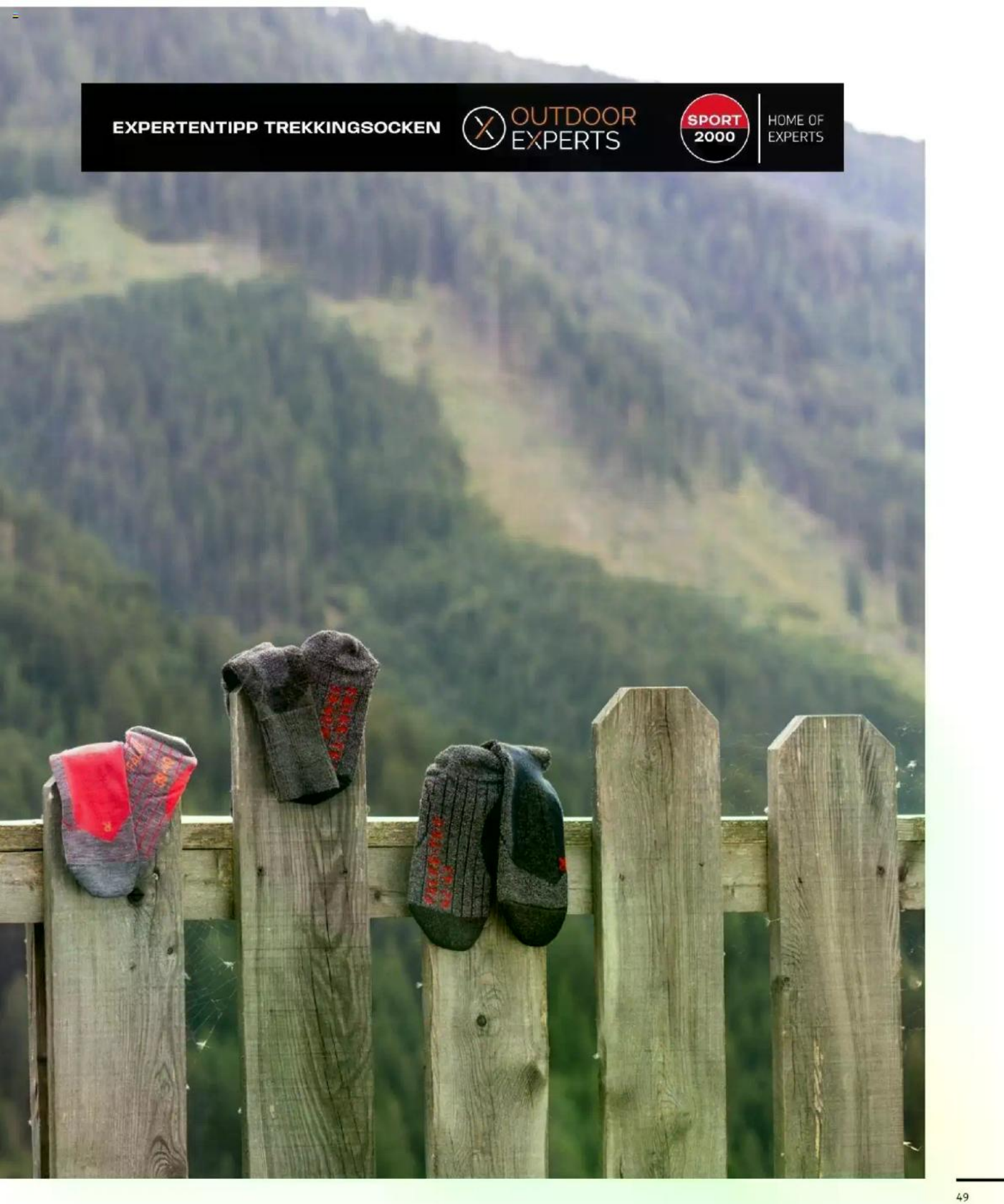


EXPERTENTIPP TREKKINGSOCKEN

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS



Wer draußen unterwegs ist, braucht verlässliche Begleiter – auch an den Füßen. Trekkingsocken schützen vor Blasen, stützen Gelenke und machen den Unterschied zwischen „geht noch“ und „läuft gut“.

JEDER SCHRITT ZÄHLT

Worauf es bei Trekkingsocken wirklich ankommt

Ein guter Schuh bringt nichts, wenn die Socke nicht mitspielt. Das merken viele leider erst, wenn es zu spät ist – mit schmerzenden Füßen, Druckstellen oder Blasen als Erinnerung. Dabei ist die Socke das erste Textil, das Kontakt mit dem Fuß hat – und wird damit oft unterschätzt. Doch genau hier entscheidet sich, ob du entspannt weiterläufst oder frühzeitig abbauen musst.

Die Auswahl sollte nicht nach dem Motto „Je dicker, desto besser“ getroffen werden. Entscheidend ist, wie sich Socke und Schuh ergänzen – und in welchem Gelände du unterwegs bist. Wer etwa auf alpinen

Wegen mit steifen Bergstiefeln (Kategorie C oder D) wandert, braucht eine Socke mit spürbarer Polsterung: vor allem an Ferse, Ballen und Achillessehne. Denn wenn der Schuh nicht dämpft, übernimmt das die Socke – sonst spürt man jeden Abstieg doppelt.

Im Mittelgebirge oder auf Waldwegen sieht das anders aus. Hier kommen oft flexiblere Schuhe der Kategorie A oder B zum Einsatz, die von sich aus gut dämpfen. Eine leichtere Socke mit weniger Polsterung reicht – und verhindert gleichzeitig Hitzestau oder unnötiges Reiben. Die Faustregel: So viel Polster wie nötig, so wenig wie möglich.

Welche Socke für welchen Einsatz?

Nicht die Tourlänge entscheidet – sondern Gelände, Schuh und Schweißverhalten.



ALPINES GELÄNDE KATEGORIE C/D

- Steife Schuhe mit wenig Dämpfung
- Socken mit starker Polsterung – vor allem an Ferse und Achillessehne



MITTELGEBIRGE KATEGORIE A/B

- Flexible, gedämpfte Schuhe
- Leichte Polsterung reicht, atmungsaktive Materialien bevorzugt



HEISSES WETTER ODER VIEL SCHWEISS

- Mischgewebe mit schneller Trocknung (z. B. Merino + Polypropylen)
- Alternativ: Lyocell-Mischungen mit kühlendem Effekt

Unser Expertentipp:

Beobachte, wo deine Füße am meisten arbeiten – und wann du ins Schwitzen kommst. Die richtige Socke entlastet genau dort und bleibt auch bei Feuchtigkeit formstabil. Achte auf gezielte Polsterzonen und Fasermischungen, die zu deinem Tourenstil passen.



> Mehr Expertenwissen zu diesem und weiteren Themen findest du hier



MATERIALWAHL: WENN FASERN MITDENKEN

Es gibt nicht die perfekte Sockenfaser – wohl aber clevere Kombinationen. Besonders bewährt hat sich eine Mischung aus Merinowolle und Polypropylen. Diese Kombination hält die Füße trocken, transportiert Feuchtigkeit schnell nach außen und beugt so Blasenbildung effektiv vor. Wer viel schwitzt oder längere Touren plant, ist damit gut bedient.

Eine weitere Variante kombiniert Merino mit robustem Polyamid – für alle, die den Tragekomfort von Wolle lieben, aber Wert auf Formstabilität und Langlebigkeit legen. Auch Geruchsmanagement spielt hier eine Rolle: Gerade bei Mehrtagestouren ist es ein Vorteil, wenn man nicht jeden Abend die Socke wechseln muss. Wichtig ist: Die Socke muss trocken bleiben. Denn nasse Socken sind der Blasen Garant Nummer eins – selbst im besten Schuh.

Moderne Trekkingsocken können mehr als nur polstern. Modelle mit integrierter Kompression bieten gezielte Unterstützung – zum Beispiel am Knöchel, um die Stabilität auf unebenem Boden zu erhöhen. Wer schnell umknickt oder empfindliche Bänder hat, merkt den Unterschied direkt.

Lange Kompressionssocken setzen zusätzlich Druck auf die Wadenmuskulatur – das fördert die Durchblutung, reduziert Muskelkater und verhindert Schwellungen. Wer zwei oder mehr Tage am Stück wandert, startet mit spürbar leichteren Beinen in den nächsten Morgen.

WANN HAT MEINE SOCKE AUSGEDIENT?

Auch die beste Socke hält nicht ewig. Wird das Material hart, verzieht sich die Passform oder lässt die Polsterung nach, ist es Zeit für ein neues Paar. Sonst steigt die Belastung auf Gelenke und Muskeln – und das merkt man früher, als einem lieb ist. Genauso wichtig wie die Auswahl ist die Pflege. Vor allem Merinosocken brauchen Aufmerksamkeit: Wollwaschmittel, Wollwaschgang, kein Trockner – dann bleiben sie elastisch, funktional und formstabil.

F A L K E
ERGONOMIC
SPORT SYSTEM

FÜR AKTIVE TAGE

Der knöchelhohe Schnitt, die leichte Polsterung und der Merinowollmix bieten angenehmen Komfort bei gutem Schuhkontakt. Dank schneller Feuchtigkeitsableitung und perfekter Passform bleibt der Fuß trocken und die Temperatur ausgeglichen – ideal für aktive Tage und leichte Wanderungen.

**Damen- oder Herren-Trekkingsocken
TK5 WANDER SHORT 24,00 €**

MERINOKOMFORT FÜR JEDE TOUR

Mit mittelstarker Polsterung für optimalen Schutz und hohen Tragekomfort. Die feuchtigkeitsableitende 3-Lagen-Konstruktion hält die Füße trocken und schützt zuverlässig vor Blasen, während die Merinowollmischung temperaturregulierend und geruchshemmend wirkt – optimal für vielseitige Trekkingtouren.

**Damen- oder Herren-Trekkingsocken
TK2 EXPLORE 27,00 €**

ZUVERLÄSSIGER SCHUTZ

Mit starker Polsterung und passgenauer Konstruktion für Schutz und Komfort im Gebirge. Die feuchtigkeitsableitende 3-Lagen-Konstruktion hält die Füße trocken und schützt vor Blasen, während zusätzliche Polsterzonen an Ferse und Zehen Druckstellen reduzieren – ideal für anspruchsvolle Touren im alpinen Gelände.

**Damen- oder Herren-Trekkingsocken
TK1 ADVENTURE 27,00 €**

MODERN HIKING

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS





DER PASSENDE SCHUTZ

von Kopf bis Fuß

Manche Ideen entstehen genau dort, wo sie gebraucht werden: draußen. Als der Gründer Joan Rojas Anfang der 1990er-Jahre mit dem Motorrad durch die Landschaft Kataloniens fuhr, suchte er nach einer einfachen Lösung zum Schutz vor Sonne, Wind und Kälte. Der gelernte Textilunternehmer begann zu experimentieren – und entwickelte schließlich ein nahtloses Schlauchtuch aus Mikrofaser. Die ersten Prototypen entstanden in der familieneigenen Produktion.

1992 wurde daraus die Marke BUFF®. Was als praktische Idee begann, ist inzwischen ein unverzichtbarer Begleiter für Outdoor-Enthusiasten auf der ganzen Welt. Die vielseitige Neckwear ist ein echter Gamechanger – funktional, leicht, anpassungsfähig und für unterschiedlichste Bedingungen geeignet.

Verwurzelt in Katalonien – mit Blick auf die Zukunft

Auch heute ist BUFF® ein familiengeführtes Unternehmen mit Sitz im Herzen Kataloniens. Die Nähe zur eigenen Produktion ist dabei kein Zufall, sondern Teil der Unternehmensphilosophie. Rund 90 % der Kollektion werden in Spanien gefertigt – ein klares Bekenntnis zu lokaler Produktion, hohen Qualitätsstandards und verantwortungsvollem Umgang mit Ressourcen.



Innovationsgeist und Naturverbundenheit prägen das Unternehmen bis heute. Die Mission von BUFF® ist es, Menschen durch die Faszination von Bewegung und Abenteuer zu inspirieren und gleichzeitig einen bewussteren Umgang mit der Natur zu fördern.

Von Kopf bis Fuß gedacht

Einst mit einem einzigen Produkt gestartet, hat sich über die Jahre ein breites Sortiment für aktive Tage unter freiem Himmel entwickelt. BUFF® verfolgt dabei einen ganzheitlichen Ansatz: from head to toe. Accessoires für unterschiedliche Körperbereiche, die sich ideal kombinieren lassen.

Leichte Caps sorgen im Sommer für Schatten und halten intensive UV-Strahlung zuverlässig ab. Atmungsaktive Materialien und ein geringes Gewicht machen sie zu angenehmen Begleitern bei Wanderungen, Läufen oder längeren Tagen in der Sonne.

Das Herzstück der Marke bleibt die vielseitige Neckwear. Sie schützt vor Wind, Sonne oder Staub, reguliert die Temperatur und lässt sich auf unterschiedlichste Weise tragen – als Halstuch, Stirnband, Mütze oder Gesichtsschutz. Gerade bei wechselnden Bedingungen zeigt sich ihre Stärke.

Ergänzt wird das Sortiment durch Performance-Socken, optimal für ausgedehnte Stunden in Bewegung. Eine präzise Passform, atmungsaktive Materialien und gezielte Polsterzonen bieten hohen Komfort – egal ob auf Wanderwegen, Trails oder im Alltag.

Mit Blick auf die nächsten Kollektionen wächst das Sortiment weiter: Ab dem kommenden Herbst sollen auch funktionale Handschuhe das Head-to-toe-Konzept erweitern.

Begleiter für alles, was draußen passiert

Heute steht BUFF® für durchdachte Produkte, die aus echter Outdoor-Erfahrung entstanden sind. Entwickelt für Sport, Abenteuer und einen aktiven Alltag – und für alle, die draußen unterwegs sind, egal ob auf dem Trail, in den Bergen oder einfach vor der eigenen Haustür.



MODERN HIKING – NATUR NEU ERLEBEN

Warum Wandern für eine neue Generation wieder Freiheit bedeutet

Früher hatte Wandern oft das Image von belegten Brötchen, Wanderkarte und klobigen Schuhen. Heute ist daraus ein neues Lebensgefühl geworden: selbstbestimmt, naturnah und mit einem Hauch von Abenteuer. Modern Hiking ist mehr als nur Wandern – es ist eine Haltung. Eine Auszeit vom digitalen Dauerrauschen. Eine Einladung, rauszugehen und den Kopf freizubekommen. Und das bitte nicht irgendwann, sondern jetzt. Zwischen Vorlesung und Videocall, zwischen Großstadtbeton und Verkehrschaos.

BACK TO THE TRAILS – WARUM ALLE WIEDER WANDERN (UND DU VIELLEICHT AUCH BALD)

Die neue Lust am Wandern ist kein Zufall. In einer Zeit, in der vieles komplex erscheint, wird das Einfache wieder attraktiv. Schuhe an, Rucksack auf, raus. Für viele junge Menschen ist Wandern nicht altmodisch, sondern befreiend. Es entschleunigt, ohne zu langweilen. Es fordert, aber überfordert nicht. Und es verbindet: mit der Natur, mit dem eigenen Körper, mit dem Moment.

Und es hebt ab – im wahrsten Sinne. Gerade die Berge ziehen eine neue Generation nach draußen. Ob Tagestour auf den Hausgipfel oder Hüttenabenteuer am Wochenende: Wer sich Höhenmeter für Höhenmeter nach oben arbeitet, lässt den Alltag Schritt für Schritt hinter sich. Oben angekommen wartet mehr als nur eine Aussicht – nämlich ein Perspektivwechsel.

Modern Hiking steht für funktionale Leichtigkeit, stylische Ausrüstung und kleine Abenteuer im Alltag.



LEICHT, FUNKTIONAL, ROBUST

Bestens gerüstet für wechselhafte Bedingungen: Das wasserdichte DRY Tour 2,5-Lagen-Laminat mit PFC-freier Imprägnierung schützt zuverlässig vor Regen und Wind. Mit praktischen Features wie einer helmtauglichen Kapuze, klettergurtkompatiblen Taschen und Unterarmbelüftung.

**Damen- oder Herrenjacke
CRAG HS HOODED**

250,00 €



OPTIMALER HALT FÜR TRAIL UND GIPFEL

Der X-ULTRA 360 GTX bietet zuverlässigen Grip, wasserdichten Schutz und komfortable Dämpfung. Sein robuster Schaft aus recyceltem Material macht ihn zum nachhaltigen Begleiter auf jedem Pfad.

**Damen- oder Herren-Multifunktionsschuh
X ULTRA 360 GTX**

145,00 €

STYLE TRIFFT FUNKTION – DIE NEUE LEICHTIGKEIT DER AUSTRÜSTUNG

Hiking heute sieht anders aus als früher. Kein Zwiebellook aus fünf Wollpullis, sondern clevere Layer, atmungsaktive Materialien, stylische Farben. Moderne Wanderkleidung ist technisch durchdacht und dennoch alltagstauglich. Eine wetterfeste Kapuzenjacke passt zum Cityrad, zur Waldtour und zur alpinen Überschreitung. Multifunktionschuhe funktionieren in der U-Bahn, auf feuchtem Waldboden und auf steinigem Anstiegen. Und Rucksäcke? So leicht und durchdacht, dass man manchmal vergisst, dass man einen trägt – selbst mit Trinksystem, Steppweste und Müsliriegel an Bord.

Der Look ist sportlich, lässig und smart – perfekt für alle, die draußen etwas erleben wollen, aber nicht wie ein Expeditionsleiter aussehen möchten. Funktion trifft Style – und genau das macht Modern Hiking auch visuell zu einem Statement.

MICROADVENTURES STATT MAMMUTPROJEKTEN

Man muss nicht nach Nepal fliegen, um etwas zu erleben. Die neue Generation Wanderfreunde setzt auf Microadventures: kleine, intensive Auszeiten, die sich fast überall finden – am Stadtrand, im Mittelgebirge, in den Voralpen. Eine Runde zum Sonnenuntergang auf den nächstgelegenen Hügeln, ein versteckter Pfad durch den Wald ein kurzer Anstieg zu einem Aussichtspunkt über der eigenen Stadt: Das Ziel ist nicht, möglichst weit weg zu sein, sondern sich ganz nah bei sich selbst zu fühlen.

Modern Hiking passt sich deinem Leben an, nicht umgekehrt. Statt monatelang eine große Tour zu planen, blockst du dir ein Zeitfenster von zwei, drei Stunden im Kalender und erklärst es zu deinem kleinen Abenteuer. Startpunkt: Bushaltestelle, S-Bahn-Station oder die Haustür. Route: ein Rundweg, der möglichst schnell ins Grüne führt – am besten mit einem „Wow-Moment“ wie einem Aussichtspunkt, einer Lichtung oder einem Bachlauf. Ein Miniplan reicht völlig: raus, rauf, kurz bleiben, zurück.

Konkret kann das zum Beispiel so aussehen: Feierabendhike zum Sonnenuntergang mit Stirnlampe für den Rückweg. Frühe Morgenrunde vor Uni oder Büro, bei der du den ersten Kaffee nicht am Schreibtisch, sondern am Waldrand trinkst. Oder ein kleiner „Höhenmeter-Quickie“ am Hausberg, bei dem du dir vornimmst, einen bestimmten Punkt in

einer festen Zeit zu erreichen – ohne Leistungsdruck, aber mit dem guten Gefühl, wirklich etwas getan zu haben. Gleichzeitig sind diese Mini-Abenteuer erstaunlich vielseitig. Im Sommer geht's nach Feierabend an den See und über wurzelige Pfade zurück, im Herbst durch buntes Laub und Nebelschwaden, im Frühjahr über matschige Wege und erste freie Felsen. Du kannst allein unterwegs sein, um deine Gedanken zu sortieren, oder mit Freund:innen losziehen und aus dem Spaziergang ein kleines Erlebnis machen. Ein einfaches Ritual – Schuhe aus und Füße ins Wasser, ein Foto nur für dich, ein kurzer Eintrag ins Tourentagebuch – macht aus jeder Runde eine Geschichte. So werden Microadventures zu kleinen Fixpunkten im Kalender, die dich regelmäßig daran erinnern, warum du draußen eigentlich am liebsten bist.

ZWISCHEN GIPFELFOTO UND DIGITAL DETOX

Die einen wollen sich selbst finden, die anderen das perfekte Foto. Die Wahrheit liegt irgendwo dazwischen – und genau das macht Modern Hiking so sympathisch. Wer draußen unterwegs ist, merkt schnell: Es geht nicht um Likes, sondern um das gute Gefühl, draußen gewesen zu sein. Um klare Gedanken. Um frische Luft, die nach Moos und Gestein riecht. Um das Ziehen in den Waden auf den letzten Höhenmetern – und den Moment, in dem die Welt oben plötzlich ganz ruhig ist.

Und doch: Wandern ist heute auch Ausdruck von Lebensstil. Wer mag, teilt seine Erlebnisse mit der Welt. Wer nicht, lässt das Smartphone einfach im Rucksack. Beides ist okay.

Entscheidend ist, dass du selbst bestimmst, wie viel Online in dein Offline-Abenteuer passt. Vielleicht fotografierst du bewusst nur ein, zwei Momente und steckst das Handy dann wieder weg. Vielleicht nutzt du es nur als Kamera, Navi oder Notfallhelfer und genießt den Rest der Zeit im Flugmodus. Gerade in den Bergen kann dieser Wechsel aus Fokus und Loslassen unglaublich befreiend sein: Erst zählt

Tipp:

So geht Modern Hiking

- **Klein anfangen:** Du musst nicht gleich auf Hüttentour gehen. Starte mit 1- bis 2-stündigen Runden, zum Beispiel nach Feierabend.
- **Richtig anziehen:** Achte auf atmungsaktive, wind- und wetterfeste Kleidung, die dich warm und trocken hält – im Tal wie im Gebirge.
- **Gute Schuhe, gutes Gefühl:** Setze auf leichte, stabile Wanderschuhe mit gutem Grip – ideal auch für Schotter, Wurzeln und steilere Passagen.
- **Packe smart:** Ein 30-Liter-Rucksack reicht locker für Tagestouren. Wichtig ist, dass er gut sitzt und clever organisiert ist.
- **Apps nutzen – oder Karte lesen:** Ob digital oder analog – plane deine Route, aber bleib offen für spontane Abzweigungen.
- **Für den Gipfel bereit:** Wer ins alpine Gelände geht, sollte Trittsicherheit und Grundkondition mitbringen – und das Wetter im Blick haben.
- **Safety first:** Informiere jemanden, wohin du gehst. Und denk an genug Wasser, Snacks und ein Erste-Hilfe-Set.



> Mehr Outdoor-Inspiration gibt's im Video





MADE WITHOUT PFAS

GRÜNER KNÖPF

bluesign® product

HOHER KOMFORT BEI MAXIMALER BELÜFTUNG

Ausgestattet mit dem Aircomfort-Rückensystem und VariClick-Technologie zur individuellen Anpassung der Rückenlänge. Direkt am Rahmen befestigte Schulterträger und gepolsterte Hüftflossen sorgen für hohen Tragekomfort, während das belüftete Rückennetz ein angenehmes Trageklima unterstützt. Stretch-Außentaschen, Hüftflossentaschen und ein separates Bodenfach schaffen Ordnung für unterwegs.

Rucksack FUTURA PRO 30 SL oder FUTURA PRO 32 210,00 €



jeder Schritt, jeder Atemzug, dann gönnst du dir oben am Grat doch noch das eine Gipfelfoto – nicht für andere, sondern als Erinnerung an den Moment, in dem alles gepasst hat.

WAS MODERN HIKING WIRKLICH ANDERS MACHT

Klassisches Wandern folgt oft einem festen Schema: lange Anfahrt, klar definierte Tagestour, Hütte, Rückweg – fertig. Modern Hiking denkt das Ganze flexibler. Es verschmilzt mit deinem Alltag und deinem Lebensstil: Du kombinierst Bahn, Bike und Bergpfad, trägst deine Jacke im Büro und später am Grat, nutzt denselben Rucksack für Stadt, Studium und Steig. Statt „Touren abzuhaken“ geht es darum, Räume zu öffnen – für kleine Fluchten, die sich wie die große Freiheit anfühlen. Du musst dich nicht mehr entscheiden zwischen Outdoor-Dasein und urbanem Leben. Modern Hiking ist die Schnittmenge aus beidem – und genau das ist der Unterschied.

FAZIT: MEHR WALD. MEHR BERGE. MEHR DU

Modern Hiking ist Wandern für alle, die draußen leben wollen – nicht später, sondern jetzt. Du brauchst kein Gipfelkreuz, um dich frei zu fühlen. Aber manchmal tut genau das gut: den Hang bezwingen, die Kehlen brennen lassen, das Herz klopfen hören. Und dann oben stehen. Weitblick tanken. Durchatmen.

Modern Hiking ist kein Sportprogramm – es ist dein Ticket raus aus dem Alltag. Also: Was hält dich noch auf? Such dir einen Weg. Und geh los.



SALOMON

OUTDOOR NEU DENKEN

SALOMON repräsentiert eine neue Generation des Bergsports – verwurzelt in den französischen Alpen, entwickelt für Menschen, die draußen mehr suchen als nur Leistung. Im Annecy Design Center gestalten Designer:innen, Entwickler:innen und Athlet:innen gemeinsam die Zukunft von Sport und Kultur. Das Ziel: durch Bergsport das Beste aus den Menschen herauszuholen.

Outdoor als bewusste Auszeit vom Alltag

Mit Wurzeln in den Bergen und einer tiefen Verbundenheit zur Natur steht SALOMON für Outdoor-Erlebnisse, die nahbar, vielseitig und frei von Leistungsdruck sind. Draußen sein bedeutet vor allem eins: echte Momente erleben – sei es allein, zu zweit oder mit der ganzen Familie. Statt in Routinen zu bleiben, möchte SALOMON Menschen dazu inspirieren, neue Wege auszuprobieren und die Natur bewusst wahrzunehmen.

Aus den Partnerschaften und Initiativen, die SALOMON weltweit unterstützt, zeigt sich, wie wichtig der Zugang zur Natur ist: Programme wie Hikeish ermöglichen es Menschen in urbanen Räumen, Natur unkompliziert zu erleben – durch geführte Wanderungen, sichere Lernräume und Zugänge wie Shuttle-Transporte oder Leihhausrüstung. All das schafft ein Outdoor-Erlebnis, das für alle offen ist.

Auch die Haltung vieler moderner Outdoor-Communities, die Wert auf Freiheit, Exploration und Entschleunigung legen, spiegelt sich in der Markenphilosophie wider: Es geht darum, sich treiben zu lassen, bewusst langsamer zu werden und Natur als Ort der Inspiration zu begreifen – statt als leistungsorientierten Raum.



Innovation, Stabilität & Performance, die dich sicher ans Ziel bringt
Hochwertige Ausrüstung spielt dabei eine zentrale Rolle. SALOMON vereint modernste Technologien mit Funktionalität. Das zeigt sich besonders beim X Ultra 5: Durch das Advanced Chassis™ erhält der Schuh eine hervorragende seitliche Stabilität, ohne die natürliche Beweglichkeit des Fußes einzuschränken. Das bedeutet: bessere Kontrolle und mehr Sicherheit beim Auf- und Abstieg – selbst auf anspruchsvollem Terrain.

Gelebte Nachhaltigkeit

Für SALOMON zählt nicht nur, wie gut ein Produkt funktioniert, sondern auch, welchen ökologischen Fußabdruck es dabei hinterlässt. Nachhaltigkeit ist kein Fernziel, sondern bereits gelebte Praxis. Reparatur, Wiederverwendung, Recycling und Verleih stehen im Fokus einer zirkulären Produktnutzung. Weitere Pilotprojekte zur Stärkung dieses Ansatzes laufen bereits.

Mit der Nachhaltigkeitsstrategie „Change our Future 2030“ verfolgt SALOMON konkrete Ziele:

- 50 % weniger CO₂ in Scope 1+2 bis 2030 (Basis 2019)
- 100 % erneuerbarer Strom in eigenen Betrieben bis 2027
- 50 % Reduktion von Einwegverpackungen bis 2030
- 100 % recycelbare oder biobasierte Materialien in Schlüsselprodukten bis 2030

Verantwortung endet nicht beim Produkt

Auch soziale Standards spielen eine zentrale Rolle: Für faire Bedingungen in der Lieferkette setzt SALOMON auf Zusammenarbeit mit der Fair Labor Association. Mit der Salomon Foundation setzt sich das Unternehmen zudem dafür ein, dass Naturerlebnisse kein Privileg bleiben. Diese unterstützt nicht nur Bergsportprofis in Notlagen, sondern auch gemeinnützige Organisationen, die benachteiligten Menschen den Zugang zur Natur ermöglichen. Bis 2030 sollen dafür 20 Millionen Euro bereitgestellt werden.

SALOMON steht für Bergsport mit Haltung – mit innovativer Technik, einem klaren Bekenntnis zu Nachhaltigkeit und dem Anspruch, bewusste Auszeiten vom Alltag in echte Naturerlebnisse zu verwandeln.



EXPERTENTIPP SOMMERMERINO

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS

SOMMERMERINO



Kühlt, trocknet schnell, riecht nicht: Merino im Sommer ist viel besser als sein Ruf. Merinowolle bei Hitze – das funktioniert. Die populäre Wollfaser kann bei sommerlichen Outdooraktivitäten in vollem Umfang überzeugen und kühlt dabei auf natürliche Weise.

Merinowolle, wenn's heiß ist? Klingt nach Hitzestau und schwitziger Angelegenheit. Weit gefehlt. Wer Merino einmal in den sommerlichen Monaten bei einer Hüttentour, einem Städtetrip oder einfach im Alltag getragen hat, merkt schnell: Diese Faser funktioniert auch dann, wenn's wärmer wird.

Merinowolle wirkt nicht einfach nur wärmend – die Naturfaser kann auch kühlen. Der Trick liegt in ihrer Struktur: feine, gekräuselte Fasern, die Luft einschließen und so isolieren – gegen Kälte wie gegen Hitze. Dazu kommt die Fähigkeit, viel Feuchtigkeit aufnehmen zu können, ohne sich klamm anzufühlen. Das Ergebnis: Schweiß wird vom Körper weggeleitet, verdunstet langsam – und wirkt angenehm kühlend auf der Haut. Die Faser kann also in gewissem Maß sogar die Körpertemperatur managen. Das funktioniert beim Schaf genauso wie beim fertigen Outdoor-Textil am Menschen.

KLEINE UNTERSCHIEDE, GROSSE WIRKUNG

Wer genau hinsieht, erkennt den Unterschied zwischen Winter- und Sommermerino vor allem am Stoffgewicht. Leichte Qualitäten wiegen ab 75 g/m² – fast nichts – und fühlen sich luftig, weich und kühl

icebreaker
Move to natural

NATÜRLICHE PERFORMANCE

Hergestellt aus 100 % reiner Merinowolle bietet das Shirt ein angenehm weiches Tragegefühl, wirkt temperaturregulierend und geruchshemmend – ideal für warme Tage, Reisen oder aktive Touren.

Damen- oder Herren-Merinoshirt

150 TECH LITE

je 85,95 €



Warum kratzt Merino nicht?

Das Geheimnis liegt im Mikronwert

Viele kennen kratzige Wolle – Merino fühlt sich jedoch anders an. Der Unterschied liegt im Faserdurchmesser: Während herkömmliche Schurwolle deutlich dicker ist, liegt Merinowolle in der Regel zwischen 18 und 21 Mikron (µm) – deutlich unter der sogenannten Kratzgrenze von 25 Mikron. Zum Vergleich: Ein menschliches Haar hat etwa 50–100 Mikron. Für besonders hochwertige Sommerteile finden noch feinere Fasern mit unter 19 Mikron Verwendung. Das macht Merino weich, biegsam und angenehm auf der Haut – ganz ohne Jucken, auch bei empfindlicher Haut.



Menschliches Haar
≈ 50–100 µm



Schurwolle
≈ 30–40 µm



Merinowolle
≈ 18–21 µm

an. Kein Kratzen, kein Kleben. Ein gutes Shirt spürt man kaum. Für besonders heiße Tage oder intensive Aktivitäten gibt's mittlerweile Varianten, die noch leichter und angenehmer sind.

Merino wirkt zudem geruchshemmend. Auch nach mehreren Tagen auf Tour riecht dein Shirt nicht. Ein Auslüften reicht. Somit ist es ideal für Hüttenwanderung oder Camping.

Ein weiterer Pluspunkt des Naturmaterials: Merinowolle ist nachhaltig. Es ist eine nachwachsende Naturfaser, die zumeist ohne Kunstfasern auskommt – oder sich sinnvoll mit anderen natürlichen Materialien wie Tencel™ kombinieren lässt. Letzteres sorgt für noch schnellere Trocknung, extra Kühlung und ein besonders geschmeidiges Gefühl auf der Haut.

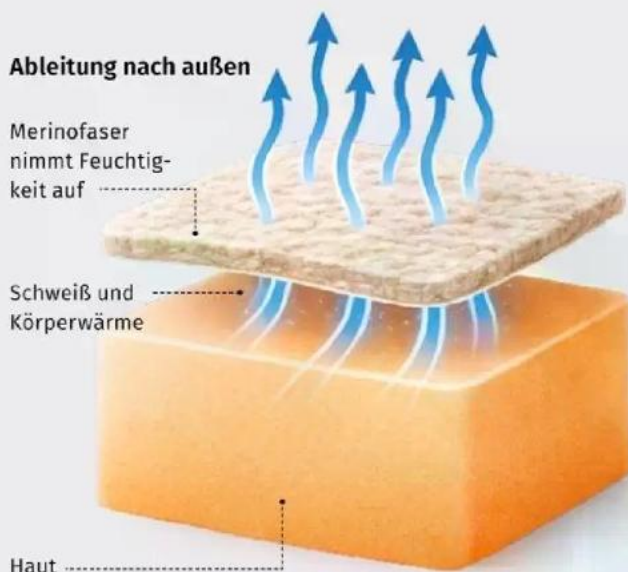
Und nicht zuletzt: Ein oft genannter Vorbehalt – das Kratzen – ist bei hochwertiger Merinowolle unbegründet. Entscheidend ist der Faserdurchmesser (gemessen in Mikron): Merinofasern liegen in der Regel deutlich unter der sogenannten Kratzgrenze. Je feiner die Faser, desto weicher das Tragegefühl. Deshalb fühlt sich Sommermerino eher wie eine zweite Haut an als wie klassische Wolle. Wichtig ist zudem die richtige Pflege: Schonende Wäsche bei niedriger Temperatur erhält die Elastizität und verhindert, dass die Fasern verfilzen. So bleibt das Material lange funktional – auch bei regelmäßigem Einsatz im Sommer.

Unser Expertentipp:

Merino pflegen? Ganz einfach – wenn du ein paar Dinge beachtest. Waschen solltest du Sommermerino möglichst wenig. Oft reicht ein Lüften. Wenn das gute Stück gewaschen werden muss, dann bei 30 Grad im Woll- oder Feinwaschgang. Verwende dabei ein spezielles Wollwaschmittel – herkömmliche Vollwaschmittel enthalten Enzyme, die die Eiweißstruktur der Faser angreifen können. Verzichte außerdem auf Weichspüler, denn der legt sich wie ein Film auf die Wolle und beeinträchtigt Atmungsaktivität sowie Geruchskontrolle.

Nach dem Waschen ist Schleudern bei niedriger Drehzahl erlaubt, wichtig ist aber: Nicht in den Trockner! Am besten flach auf einem Handtuch trocknen lassen, fern von direkter Sonne oder Heizkörpern. Und falls du das Shirt nur schnell auffrischen willst – oft ist es ausreichend, es über Nacht auszulüften. Denn das kann Merino richtig gut.

> Mehr Expertenwissen zu diesem und weiteren Themen findest du hier

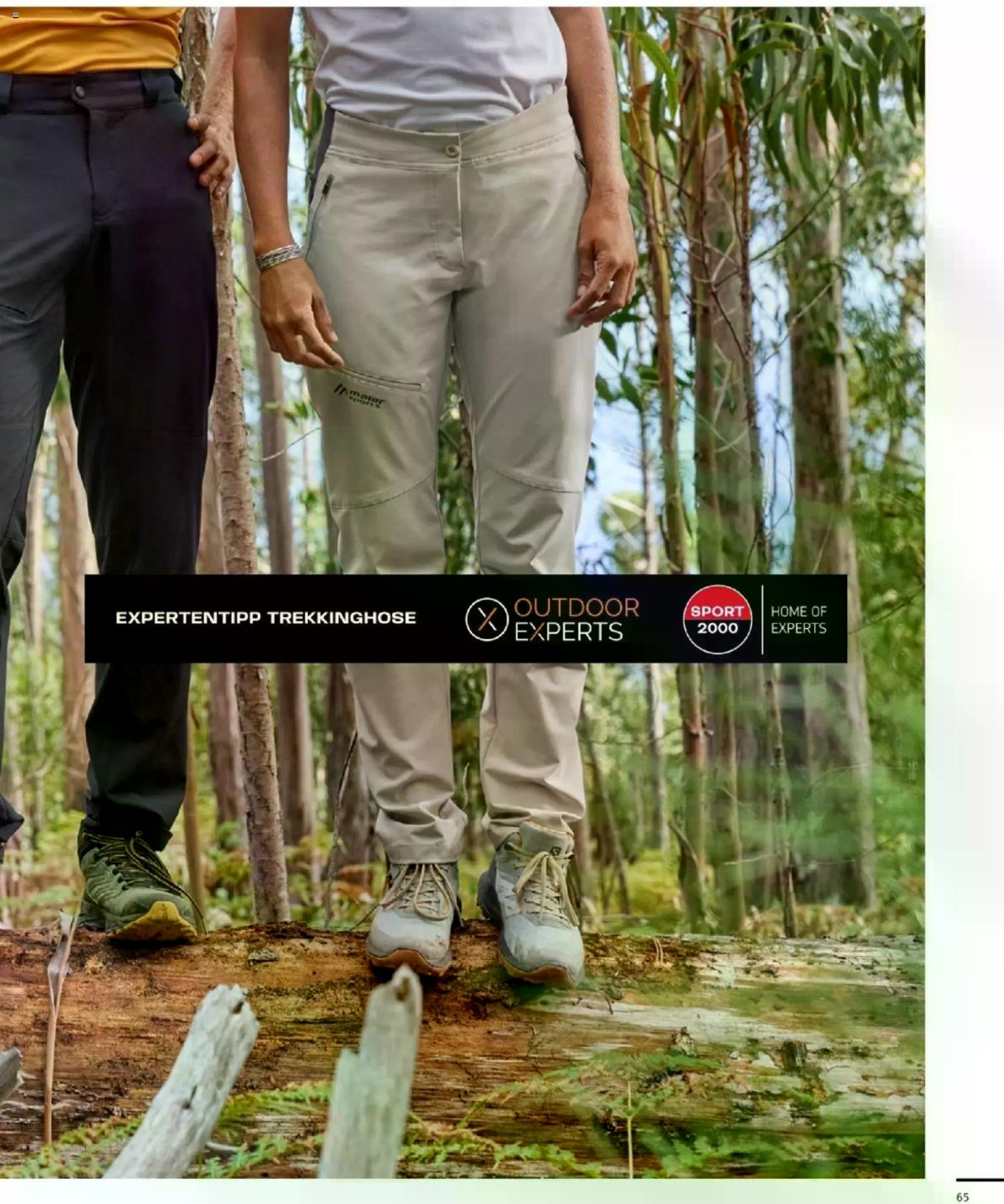


Natürlich intelligent: So reguliert Merino dein Körperklima

Merinowolle kann bis zu 30% ihres Eigengewichts an Feuchtigkeit aufnehmen – ohne sich nass anzufühlen. Sie nimmt Schweiß auf, leitet ihn nach außen und reguliert gleichzeitig die Temperatur: kühlend bei Hitze, wärmend bei Wind. Genau deshalb funktioniert Merino auch bei wechselndem Wetter – oder beim Aufstieg mit schweißtreibendem Tempo.

Ein weiterer Vorteil: Merino trocknet zwar nicht so schnell wie reine Synthetik, bleibt aber auch im feuchten Zustand komfortabel auf der Haut und wirkt weiterhin temperaturnausgleichend. Für schnelle Rücktrocknung im Sommer setzen viele Hersteller auf Materialmischungen – etwa mit Tencel™ oder Polyamid.





EXPERTENTIPP TREKKINGHOSE

 **OUTDOOR
EXPERTS**



HOME OF
EXPERTS

PASST. SITZT. SCHEUERT NICHT

Die richtige Outdoor-Hose finden

Ein falscher Hosenschnitt ruiniert jede Wandertour. Wer an der Passform spart, zahlt mit Wundscheuern, Hitzestau oder Hosenbeinen, die schlackern. Wie du die optimale Hose findest – wir haben die richtigen Tipps für deinen nächsten Kauf.

Eine gute Outdoor-Hose trägt sich so, dass du sie im besten Fall kaum spürst. Kein Ziehen, kein Rutschen, kein Zwicken – dafür Bewegungsfreiheit, Klimakomfort und genau der Sitz, den du benötigst, wenn es bergauf, bergab geht.

Klingt einfach, leider ist oft genau das Gegenteil der Fall. Denn zu viele Hosen passen zwar im Stehen, aber in Bewegung läuft's nicht so, wie es sein sollte. Und spätestens wenn sie im Aufstieg rutschen oder am Körper kleben, weißt du: So macht das keinen Spaß, das ist nicht das richtige Hosenmodell für meine Outdoor-Aktivität.

Ein Denkfehler: Viele greifen beim Kauf zur Nummer größer – in der Hoffnung auf mehr Luft und Komfort. Das Gegenteil ist der Fall. Eine zu weite Hose schlackert, klebt am Bein, wenn du schwitzt, und hemmt die Bewegung. Eine gute Passform heißt: Sie sitzt auf Antrieb, ohne Gürteltricks, ohne Herumzupfen.

Elastische Materialien sorgen dafür, dass du dich frei bewegen kannst. Je mehr Elasthan im Gewebe, desto flexibler der Sitz. Aber: Je elastischer, desto weniger formstabil. Und – ein sehr hoher Elasthan-Anteil trägt nicht unbedingt zur Atmungsaktivität bei.

Unser Expertentipp:

Worauf du beim Hosenkauf wirklich achten solltest – bevor es draußen unbequem wird:

- Wähle nie „auf gut Glück“ die nächsthöhere Größe – mehr Stoff heißt nicht mehr Komfort.
- Achte auf elastische, aber robuste Materialien.
- Nutze die Vielfalt an Kurz-, Lang- und Normalgrößen, statt dich in Standardformen zu zwängen.

> Mehr Expertenwissen zu diesem und weiteren Themen findest du hier



Besonders bei wärmerem Wetter gibt die Hose nach – was im Lauf des Tages zu lockerem Sitz führen kann. Nach dem Waschen zieht sich das Material zwar wieder zusammen, aber es zeigt: Auch Stoffe brauchen ein gutes Maß.

OFT UNTERSCHÄTZT – LANG- UND KURZGRÖSSEN

Wer viel draußen unterwegs ist, achtet auf Details: Vorgeformte Knie, Stretchzonen im Schritt, flache Nähte oder konisch geschnittene Hosenbeine. Das klingt technisch – macht aber unterwegs den Unterschied. Denn jede Naht, die nicht reibt, jede Dehnzone, die mitgeht, jede Bündchenform, die nicht hängen bleibt, spart Energie. Und Nerven.

Ein Thema, das oft unterschätzt wird: die richtige Länge. Standardgrößen passen eben nicht allen. Wer lange Beine hat, aber eine schmale Taille, kennt das Problem der „Hochwasserhose“. Für genau diesen Fall gibt es Langgrößen – bei Herren entspricht das der doppelten Normalgröße minus zwei. Kurzgrößen funktionieren umgekehrt: gleiche Bundweite, aber kürzere Beine. Ideal für kompaktere Proportionen.

Bei der Anprobe zählt weniger der Blick in den Spiegel – und mehr der Praxistest: große Schritte, Beugen, Knieheben. Spür rein: Rutscht was? Drückt was? Nimm dir Zeit bei der Anprobe. Wer die Hose im Laden ausgiebigst testet, wird draußen im Gelände entspannter unterwegs sein.

DETAILS, DIE DRAUSSEN DEN UNTERSCHIED MACHEN

Und dann ist da noch die Frage nach dem Einsatzbereich. Nicht jede Outdoor-Hose muss alles können. Für schweißtreibende Sommerwanderungen sind leichte, dünne Gewebe mit guter Luftzirkulation entscheidend. Sie trocknen schneller, liegen angenehmer auf der Haut und verhindern Hitzestau. Für anspruchsvolle Touren im alpinen Gelände oder bei wechselhaftem Wetter darf das Material robuster sein – abriebfest, windabweisend und mit einer Struktur, die auch Felskontakt oder Gestrüpp verzeiht. Entscheidend ist, dass du die Hose nach dem planst, was du tatsächlich vorhast – nicht nach dem, was theoretisch möglich wäre.

Auch der Bund verdient Aufmerksamkeit. Klassische Knopf-Reißverschluss-Lösungen funktionieren, aber elastische Einsätze oder integrierte Weitenregulierungen erhöhen den Komfort spürbar – besonders wenn du mit Rucksack unterwegs bist. Ein Bund, der unter dem Hüftgurt drückt oder Falten wirft, wird auf langen Strecken schnell zum Problem. Gleiches gilt für zu dick auftragende Gürtelschlaufen oder harte Nähte im Lendenbereich.

Worauf es bei der Passform wirklich ankommt

1. DIE RICHTIGE GRÖSSE WÄHLEN

Eine zu große Hose bringt keine Freiheit, sondern Reibung. Die Hose sollte auf Anheb gut sitzen – ohne Gürteltricks oder Nachjustieren.

2. BEWEGLICHKEIT STATT WEITE

Elastische Materialien sorgen für Flexibilität, müssen aber stabil genug sein. Tights sind bequem, aber oft nicht robust genug für Trekkingtouren.

Am Ende entscheidet nicht die Größe auf dem Etikett, sondern wie sich die Hose bewegt.



3. FORMSTABIL TROTZ ELASTHAN

Viele Hosen geben im Tagesverlauf leicht nach – das ist normal. Nach dem Waschen geht die Hose wieder in Form.

4. VARIANTEN NUTZEN

Kurz-, Normal- und Langgrößen gleichen unterschiedliche Körperproportionen aus. Langgrößen (z. B. Größe 80 bei Damen) richten sich an schlanke Menschen mit langen Beinen, Kurzgrößen (z. B. Größe 25 bei Herren) an untersetzte Körpertypen.

5. BEWEGUNGS-PROBE

Sitzt die Hose auch bei Kniebeuge, Schritt und Drehung? Dann passt sie nicht nur im Stand, sondern auch unterwegs.

Ein weiterer Punkt: Taschen. Sie sollten erreichbar sein – auch mit geschlossenem Hüftgurt. Seitliche Oberschenkeltaschen können praktisch sein, wenn sie flach konstruiert sind und nicht aufliegen. Reißverschlüsse sollten leichtgängig, aber robust sein. Offene Taschen ohne Sicherung sind im Gelände selten sinnvoll. Kleinteile wie Schlüssel oder Karten müssen sicher verstaut sein, ohne dass sie beim Gehen stören.

Wetterschutz spielt natürlich ebenfalls eine Rolle: So sind viele Outdoor-Hosen mit wasserabweisenden Beschichtungen oder Imprägnierungen versehen. Imprägnierungen wie Wachs und DWR müssen mit der Zeit aufgefrischt werden. Wichtig ist, dass das Material atmungsaktiv bleibt und Feuchtigkeit von innen nach außen transportiert. Eine Hose, die außen dicht ist, aber innen Feuchtigkeit staut, wird schnell unangenehm – besonders bei langen Aufstiegen.

Und schließlich: Bewegungsabläufe. Achte darauf, wie sich die Hose beim langen Abstieg anfühlt. Rutscht sie am Bund? Ziehen die Kniepartien? Bleibt der Saum an den Schuhen hängen? Gerade schmal geschnittene Modelle sollten so konstruiert sein, dass sie über Wanderschuhen sauber fallen, ohne zu spannen oder sich hochzuziehen. Kleine Details wie Haken am Saum oder dezente Gummizüge können hier sinnvoll sein – müssen aber zur Tour passen. Am Ende entscheidet nicht ein Fashiontrend, sondern dein Bewegungsgefühl. Wenn du dich frei bewegen kannst, nichts zwickt und du dich auch nach Stunden noch wohlfühlst, hast du die richtige Wahl getroffen.



OPTIMALE PASSFORM

Der durchdachte Schnitt, elastisches 4-Wege-Stretch-Material und Flexzonen im Bund sorgen für einen perfekten Sitz – ganz ohne Rutschen, Zwickeln oder Nachjustieren. Die dryprotec-Technologie lässt die Hose schnell trocknen, während die PFC-freie Imprägnierung leichten Regen zuverlässig abperlen lässt.

**Damen- oder Herren-Outdoorhose
LULAKA / NIL**

je 99,95 €



ZWEI LEBEN. MINDESTENS

Warum dein Lieblingsstück mehr verdient als einen schnellen Ersatz

NICHT JEDES ENDE IST EINES

Ein Defekt bedeutet nicht automatisch, dass etwas vorbei ist. Er zeigt vor allem, dass ein Produkt genutzt wurde – gefordert, getragen, im Einsatz. Outdoor-Ausrüstung ist dafür gemacht, draußen zu bestehen. Sie darf beansprucht werden. Sie darf zeigen, dass sie nicht für den perfekten Moment gekauft wurde, sondern für echte Bedingungen. Die entscheidende Frage lautet deshalb nicht, ob etwas noch makellos aussieht. Viel wichtiger ist, ob seine Substanz stimmt. Ob Material, Schnitt und Funktion noch das leisten können, wofür sie entwickelt wurden. Oft ist nicht das Produkt am Ende – sondern lediglich ein Detail, das Aufmerksamkeit braucht.

Wer sich in diesem Moment gegen den schnellen Ersatz entscheidet, trifft keine sentimentale, sondern eine bewusste Wahl. Eine Entscheidung für Qualität, die bleibt. Für Produkte, die mehr sind als ein kurzfristiger Trend. Wert entsteht nicht im Neuzustand, sondern in der Nutzung – und in der Bereitschaft, Bestehendes weiterzuführen.

MANCHE DINGE TRÄGT MAN NICHT NUR. MAN ERLEBT SIE

Sie war dabei, als der Nebel am Morgen noch im Tal hing. Als der Regen überraschend einsetzte. Als du oben am Grat standest und wusstest: Genau dafür machst du das.

Outdoor-Bekleidung ist selten einfach nur Kleidung. Sie wird zur verlässlichen Konstante zwischen dir und den Elementen. Zum Schutz, wenn das Wetter umschlägt. Zum vertrauten Teil jeder Tour. Gerade deshalb wirkt ein kleiner Schaden manchmal größer, als er ist: ein Riss im Stoff, ein Reißverschluss, der nicht mehr sauber läuft, eine Naht, die sich löst. Doch nicht jede Gebrauchsspur ist ein Grund für einen Neubeginn. Manchmal ist sie schlicht ein Zeichen dafür, dass etwas seine Aufgabe erfüllt hat.

DAS ZWEITE KAPITEL BEGINNT MIT EINER ENTSCHEIDUNG

Reparieren heißt nicht, zurückzublicken. Es heißt, nach vorn zu denken. Hochwertige Materialien und durchdachte Konstruktionen sind darauf ausgelegt, länger zu funktionieren als eine einzelne Saison. Wenn sie professionell erneuert werden, entsteht daraus keine Zwischenlösung, sondern neue Verlässlichkeit.

Ein überarbeitetes Kleidungsstück kehrt nicht als Kompromiss zurück, sondern als das, was es immer war: bereit für Bewegung, Wetter-



wechsel und neue Wege. Es bleibt Teil deiner Ausrüstung – und Teil deiner nächsten Etappe.

GUT FÜR DICH. GUT FÜR DRAUSSEN

Jedes Produkt, das weitergetragen wird, reduziert unnötigen Textilmüll. Jede Reparatur vermeidet Ressourcenverbrauch, der mit einer vollständigen Neuproduktion verbunden wäre. Energie, Wasser, Rohstoffe – all das wird nur dann neu eingesetzt, wenn es wirklich nötig ist. Eine bewusste Entscheidung für Reparatur verbindet Funktion und Verantwortung. Ohne Verzicht auf Leistung. Ohne Abstriche bei der Einsatzbereitschaft. Aber mit dem klaren Anspruch, Qualität länger wirken zu lassen. Und ihr bewusst ein weiteres Kapitel zu geben.

Bereit für ein neues Leben: der HOME OF EXPERTS SERVICE



Damit aus einer guten Entscheidung eine einfache wird, gibt es den **SPORT 2000 HOME OF EXPERTS SERVICE**. Dein Lieblingsstück wird in einer spezialisierten Manufaktur mit über 150 Fachkräften professionell erneuert. Dort geht es nicht um Flickwerk – sondern um Qualität, Präzision und langlebige Ergebnisse.

WAS ALLES MÖGLICH IST

Reparieren statt ersetzen

- Risse schließen
- Reißverschlüsse austauschen
- Druckknöpfe erneuern
- verschlissene Stellen verstärken
- wasserdichte Nähte neu versiegeln

REINIGEN STATT RISKIEREN

Funktionsmaterialien werden professionell gereinigt und auf Wunsch neu imprägniert – mit speziell entwickelten, biobasierten und PFAS-freien Pflegeprodukten. So bleibt, was dich schützt, auch weiterhin leistungsfähig.

So einfach geht's:

1. Lieblingsstück im Store abgeben
2. Wunsch definieren
3. professionelle Aufarbeitung
4. Rückgabe nach ca. 14–17 Tagen

Ein Prozess, der dir Zeit spart – und deinem Produkt Zukunft schenkt.

Dein Teil. Deine Geschichte. Deine nächste Tour

Vielleicht sieht dein Lieblingsstück danach nicht aus wie neu. Sondern besser: wie etwas, das gelebt hat. Und genau das ist es.

Sieh selbst, wie aus Gebrauch wieder Begeisterung wird.

NACHHALTIGKEIT MIT SYSTEM

Etappe für Etappe dem Ziel entgegen:
eine lebenswerte Zukunft für nachfolgende Generationen



REPARIEREN STATT WEGWERFEN – REPARATURSERVICE ALS ERFOLGSKONZEPT

LOWA steht dafür, Produkten ein langes Leben zu schenken. Deshalb spielt Reparatur eine zentrale Rolle – und zeigt eindrucksvoll, wie nachhaltige Lösungen im Alltag funktionieren. Im Jahr 2024 konnte LOWA allein in Deutschland rund 37.000 Paar Schuhe instand setzen und so vor einer verfrühten Entsorgung bewahren. Jede Reparatur verlängert die Nutzung, schont Ressourcen und bestätigt: Langlebigkeit ist ein entscheidender Bestandteil ihrer Produktverantwortung.

Das Service-Team in Deutschland hat 36.867 Fälle bearbeitet – darunter 14.154 Neubesohlungen, 2.117 Absatzerneuerungen und mehr als 1.100 weitere Reparaturen. Jede reparierte Naht, jede erneuerte Sohle zeigt: Nachhaltigkeit entsteht nicht nur im Design, sondern vor allem im kontinuierlichen Einsatz für Qualität.

Auch international gewinnt dieser Ansatz an Bedeutung. Seit 2025 wird der LOWA-Reparaturservice wieder direkt in den USA angeboten. So entfallen lange Transportwege, und Outdoor-Fans vor Ort profitieren vom gleichen Qualitätsniveau wie in Deutschland. Bereits im ersten Jahr wurden dort 200 Paar Schuhe fachgerecht repariert – ein vielversprechender Anfang mit großem Potenzial.

LOWA-Handlungsfelder



PRODUKTE

Wir machen alle unsere Produkte kontinuierlich nachhaltiger.

- Stetig entwickelt LOWA die Qualitäts- und Nachhaltigkeitsstandards – vom Design bis zum fertigen Produkt – als Basis ihres Leitbilds für die Produktnachhaltigkeit.
- Das Ziel: Produkte, die diese Vorgaben erfüllen: langlebig, ressourcenschonend und in der Performance gewohnt stark.



LIEFERKETTE

Wir übernehmen Verantwortung für unsere Lieferkette.

- Gemeinsam mit ihren Lieferanten prüft LOWA die Einhaltung von Umwelt- und Sozialstandards entlang der Wertschöpfungskette.
- Bei ihren Produktionsstätten setzt LOWA dabei auf die etablierten Standards der Fair Wear Foundation.

Die Überzeugung von LOWA bleibt klar: Reparatur ist mehr als ein Service. Sie ist ein Beitrag zu bewussterem Konsum, zu weniger Abfall und zu mehr Verantwortung für die Produkte. Ob in Deutschland oder in den USA – gemeinsam wird dafür gesorgt, dass LOWA-Schuhe Schritt für Schritt ein zweites Leben erhalten.

AUCH IM ZWEITEN JAHR AUF EINEM GUTEN WEG – FAIR WEAR FOUNDATION

Seit 2023 ist LOWA Mitglied der Fair Wear Foundation und damit an klare Arbeits- und Sozialstandards gebunden. Der aktuelle Brand Performance Check bewertet das Engagement mit „gut“ (61 %) und



bleibt unverändert: Risiken früh erkennen, Menschenrechte schützen und nachhaltige Standards in allen Prozessen fest verankern – von der Material-Lieferkette bis zur fertigen Schuhproduktion. Der Brand Performance Check ist kein Endpunkt, sondern ein Etappenzeichen auf dem Weg. LOWA geht weiter. Schritt für Schritt.

MIT SONNENKRAFT ZUR NACHHALTIGEREN SCHUHPRODUKTION

Nachdem LOWA den Hauptsitz in Jetzendorf erfolgreich mit Photovoltaik ausgestattet hat, werden die Energieziele nun auch am Produktionsstandort Bošany in der Slowakei vorangetrieben. Dort erstreckt sich eine neue PV-Anlage über rund 9.200 m² und deckt bei voller Auslastung bis zu 90 % des Strombedarfs. Für LOWA ist das ein wichtiger Schritt: hin zu einer klimafreundlicheren Produktion und gleichzeitig zu mehr Unabhängigkeit im Energiebezug. Wie Corporate-Responsibility-Manager Ingmar Anderson betont, stärkt die Investition nicht nur die Infrastruktur vor Ort, sondern auch den langfristigen Nachhaltigkeitskurs.

Bošany ist die energieintensivste Produktionsstätte von LOWA und stand 2023 für rund die Hälfte ihrer Scope-1- und Scope-2-Emissionen. Entsprechend ambitioniert bleibt das Ziel: Bis 2027 will LOWA diese Emissionen halbieren. Die neue PV-Anlage bringt LOWA spürbar näher dorthin – bereits jetzt konnten die lokalen Treibhausgasemissionen um etwa 100 Tonnen reduziert werden. Dabei zählt nicht allein die technische Verbesserung: jede Maßnahme soll einen Beitrag dazu leisten, ressourcenschonender zu produzieren und die Zukunft des Outdoor-Sports nachhaltiger zu gestalten.



UMWELT UND KLIMA

Wir minimieren unsere Umweltauswirkungen und tragen zum Klimaschutz bei.

- Klimaneutralität bis 2050: Um dieses Ziel zu erreichen, arbeitet LOWA an einer nachweislichen Minimierung ihrer Emissionen.
- Parallel optimiert LOWA den Ressourceneinsatz und entwickelt Lösungen für einen zirkulären Materialeinsatz.



MENSCHEN UND UNTERNEHMEN

Wir schaffen ein inklusives und sicheres Arbeitsumfeld.

- Bei LOWA sollen sich alle willkommen und wertgeschätzt fühlen. Im Fokus stehen Chancengleichheit und Antidiskriminierung.
- Sozial benachteiligte Menschen werden durch nationale und internationale Projekte unterstützt.

bestätigt: Das Niveau des ersten Mitgliedsjahres ist gehalten. Fair Wear prüft ganzheitlich – von Beschaffungsstrategie, Menschenrechtsrisiken und Einkaufspraktiken zu Kommunikation und Transparenz. Für LOWA heißt das: Sozialstandards verbindlich im Einkauf verankern und faire Löhne entlang der Lieferkette fördern – konsequent, messbar und im Dialog mit Partnern.

Für neue Lieferanten gelten klare Voraussetzungen: LOWA-eigener Code of Conduct, Compliance-Kriterien und Fair-Wear-Anforderungen. LOWA begleitet die Umsetzung mit Gesprächen, Trainings und klaren Verantwortlichkeiten, damit Standards im Alltag wirken. Der Ausblick



Gratis!

Ab 100€ Einkaufswert aus dem MISSION OUTDOOR-Sortiment: heat it* Soforthilfe bei Insektenstichen im Wert von 29,95€!

COUPON

Gutschein für einen Insektenstichheiler von heat it* im Wert von 29,95 € ab einem Einkauf von 100 € aus dem MISSION OUTDOOR-Sortiment bei uns im Geschäft. Gültig, solange Vorrat reicht. Pro Kunde nur ein Coupon einlösbar. Nicht gültig auf bereits reduzierte Ware. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

SMARTER HELFER BEI INSEKTENSTICHEN

Klein, robust und immer griffbereit: heat it* hilft in Sekunden bei lästigen Insektenstichen, ganz ohne Chemie. Einfach ans Smartphone anschließen und kurz aktivieren. Die natürliche Wärme sorgt schnell für spürbare Erleichterung.

Mit individuell einstellbarer Behandlung per App, nachhaltig ohne Batterien und geeignet für die ganze Familie ist heat it* der perfekte Begleiter für jeden Outdoor-Moment – vom Abenteuer im Wald bis zum entspannten Tag am See.



**RAUS IN DIE NATUR, REIN INS ERLEBNIS –
DIE PASSENDE AUSTRÜSTUNG
BEKOMMST DU BEI UNS!**