

## Praxistest 2014, Teil 11:

### Wandersocken mit Wollanteil

Auch 2014 setzen wir unsere erfolgreichen Langzeit-Praxistests fort. Wie gewohnt stellen wir Ihnen Wanderausrüstung in insgesamt 12 Kategorien im 2-Monatsrhythmus vor. Zusätzlich können Sie in der Printausgabe des Wandermagazins die aktuellen Berichte in komprimierter Fassung nachlesen.

Ein echtes Ganzjahresthema ist die Frage der richtigen Wandersocken. Im vorliegenden Testbericht haben wir sechs verschieden hohe und dicke Wandersocken für Sie ausprobiert.


Folgende Produkte, die alle Wolle oder Merinowolle enthalten, nahmen jeweils als Herren- und als Damenmodell am Wandersocken-Test 2014 teil:

**Bridgedale WoolFusion® Trekker CuPED**  
**CEP Outdoor Merino Socks**  
**Icebreaker Hike+ Lite Crew**  
**Ortovox Merino Socks Trekking**  
**Smartwool PhD Ultra Light Crew**  
**Woolpower 200er Socken**

**W&A**  
**Marketing & Verlag GmbH**  
Wandermagazin

Rudolf-Diesel-Str. 14  
53850 Niederkassel  
Tel. 0228/45 95-10  
Fax 0228/45 95-199  
post@wandermagazin.de

www.wandermagazin.de

<b>Testgebiet:</b>	Deutsche Mittelgebirge: (Hunsrück, Mittelrheintal, Pfälzerwald, Moseltal) Luxemburg, Österreich (Leoganger Steinberge)
<b>Strecken:</b>	4 bis 22 km
<b>Höhenmeter:</b>	▲ ▼ jeweils bis zu 1020 m
<b>Temperaturen:</b>	-4°C bis 30°C
<b>Wetter:</b>	
<b>Zeitraum:</b>	November 2013 bis Oktober 2014 (mind. 3 Monate)

Die jeweils betroffenen Hersteller haben keinerlei Einfluss auf die Durchführung und das Ergebnis der Tests. Wir haben uns bemüht, die Vor- und Nachteile der Produkte, die uns während des Langzeittests aufgefallen sind, so objektiv wie möglich darzustellen. Oberstes Ziel der Studie war es, möglichst umfassende und praxisnahe Informationen zum jeweiligen Testprodukt zu bieten.

Im Folgenden stellen wir die getesteten Produkte kurz mit Foto und tabellarischem Überblick vor (darunter auch der aktuelle Ladenpreis, das von uns ermittelte Gewicht und die Kontaktadresse der Hersteller), bevor wir unsere Eindrücke und Erfahrungen auflisten und die Kandidaten bewerten.

#### Übrigens:

Für unsere Praxistest wählen wir aus einem großen Produktangebot i. d. Regel 6 Kandidaten aus, die wir im mehrmonatigen Praxistest genau unter die Lupe nehmen. In der Online Ausgabe können auch mehr Produkte dabei sein, in die Druckausgabe schaffen es aber nur die besten sechs bzw. pro Hersteller ein Produkt. Durch die sorgfältige Vorauswahl gehören in der Regel nur Spitzenprodukte, zu den auserkorenen Testkandidaten. Das Produkt oder die Produkte, die sich in der Praxis am besten bewährt haben, nachhaltig sind und rundum fürs Wandern am besten überzeugen und daher mit Bestnote abschließen, erhalten schließlich das begehrte Wandermagazin-Testsiegel.

Autoren:  
Ulrike Poller & Wolfgang Todt  
info@schoeneres-wandern.de

## Wandersocken

Gut gepolstert durch die kalte Jahreszeit



**Bridgedale WoolFusion® Trekker CuPED** Angenehm weiche Wandersocke für kühles und kaltes Wetter. 44% Wolle. Starke Polsterung, wenig Kompression. Perfekt sitzendes Bündchen. Geruchshemmung durch Wollanteil und Kupfertechnologie.

Leistungsstark dank Kompression



**CEP Outdoor Merino Socks** Relativ dünne Wandersocke mit hohem Kompressionseffekt. Durch dünne Polsterung eignet sich die Socke ideal für warmes Wetter. Gute Haptik & Passform. Bündchen sitzt fest. 18% Merinowolle.

Wollig-weiche Ganzjahressocke



**Icebreaker Hike+ Lite Crew** Die perfekte Socke für fast alle Touren: erst bei tiefen Temperaturen ist die Socke zu dünn. 70% Merinowolle. Ausgewogene Polsterung und sanfte Kompression. Hervorragender Sitz des Bündchens.

Warm & hoch: perfekt für kaltes Wetter



**Ortovox Merino Socks Trekking** Relativ lange, sehr angenehm weiche Socke mit 60% Merinowolle. Gute Balance zwischen Polsterung und Kompression. Ideal für kaltes Wetter. Relativ lockere Bündchen.

Die perfekte Sommersocke



**Smartwool PhD Ultra Light Crew** Optimale, dünne Wandersocke für kühles bis sehr warmes Wetter. 53% Merinowolle, keine Polsterung, sanfte Kompression. Hervorragender Sitz des Bündchens.

Kuscheliger Wanderspaß



**Woolpower Merino 200** Dünne Wandersocke mit 50% Merinowolle und hohem Kuschelfaktor. Gute Polsterung, keine Kompression. Bündchen sitzt relativ locker. Ideal für kühle bis warme Temperaturen.

Auf Wanderschaft kann man auf viele Ausrüstungsstücke verzichten, Wandersocken sind aber etwas absolut Essentielles, das auf keiner Tour fehlen darf. Sie sind der Puffer zwischen den Schuhen und unseren Füßen und müssen dafür sorgen, dass wir bei gutem Fußklima blasenfrei unterwegs sind. Was das Material betrifft, so müssen Wandersocken grundsätzlich einen Mindestanteil an Nylon (auch bekannt als Polyamid) haben, um die Langlebigkeit zu gewährleisten. Doch auf der Haut liegt meist hautschmeichelnde und geruchshemmende Wolle, die auch alle Kandidaten in diesem Test enthalten.

## Die Testkandidaten im Überblick

	Bridgedale WoolFusion® Trekker CuPED	CEP Outdoor Merino Socks	Icebreaker Hike+ Lite Crew	Ortovox Merino Socks Trekking	Smartwool PhD Ultra Light Crew	Woolpower 200g/m <sup>2</sup>
<b>Grundlagen</b>						
erhältlich für	♀ und ♂	♀ und ♂	♀ und ♂	♀ und ♂	♀ und ♂	♀ und ♂
Gewicht pro Socke (g)	♀ 36.5 g (M) ♂ 38.5 g (M)	♀ 29 g (size3) ♂ 30 g (size3)	♀ 35 g (M) ♂ 36.5 g (M)	♀ 37.5 g (38.5) ♂ 50.5 g (42.5)	♀ 22.5 g (M) ♂ 26 g (L)	♀ 18 g (M) ♂ 20.5 g (L)
Schaftlänge ab Sohle (cm)	♀ 21 cm ♂ 22 cm	♀ 21 cm ♂ 21 cm	♀ 25 cm ♂ 25 cm	♀ 31 cm ♂ 33 cm	♀ 22 cm ♂ 23 cm	♀ 22 cm ♂ 24 cm
Temperaturbereich	-5 bis 20 °C	5 bis 25 °C	0 bis 25°C	-5 bis 15°C	5 bis 30°C	0 bis 25°C
<b>Material</b>						
Material	44% Enduro Wolle; 38% Nylon, 17% PP, 1% Lycra	65% Polyamid, 18% Merinowolle, 10% Elasthan, 8% Seide	70% Merinowolle; 27% Nylon, 3% Elasthan	60% Merinowolle, 15% Nylon, 15% Lycra, 10% Elasthan	53% Merinowolle, 43% Nylon, 5% Elasthan	50% Merinowolle, 45% Polyamid, 5% Elasthan
Waschen	max. 40 °C	max. 30°C	max. 40 °C	max. 40°C	max. 40°C	max. 60 °C
Trocknernutzung	ja, kühl	nein	ja, kühl	nein	ja, kühl	ja, kühl
Trocknungszeit bis „tragetrocken“	Schleudern: 3 h Auswringen: 22 h	Schleudern: 3 h Auswringen: 15 h	Schleudern: 3 h Auswringen: 12 h	Schleudern: 4 h Auswringen: 22 h	Schleudern: 2.5 h Auswringen: 8 h	Schleudern: 2 h Auswringen: 9 h
<b>Ausstattung</b>						
Flachnähte	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Belüftungszonen	wenig	ja	ja	wenig	ja	nein
Polsterbereiche	ja	wenig	wenig	ja	nein	ja
Ausstattung zur Geruchshemmung	Kupferfäden; Wollanteil	natürlich über Merinoanteil	natürlich über Merinoanteil	natürlich über Merinoanteil	natürlich über Merinoanteil	natürlich über Merinoanteil
Verarbeitung	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
<b>Tragekomfort</b>						
Passform	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Haptik	sehr angenehm & weich, warm	angenehm weich, dünn	sehr angenehm & weich	sehr angenehm & weich, warm	angenehm, weich, dünn	sehr angenehm kuschelig, warm
Kompression ?	wenig ausgeprägt	ja, sehr deutlich	ja	wenig ausgeprägt	wenig ausgeprägt	nein
Bündchen sitzt?	perfekt	recht eng	perfekt	etwas locker	perfekt	etwas locker
Tragekomfort, Einsatzbereich	sehr gut, v.a. bei kühlem Wetter perfekt	sehr gut, gut für kühles bis warmes Wetter	sehr gut, auch bei wärmerem Wetter ideal	sehr gut, v.a. bei tiefen Temperaturen ideal	sehr gut, v.a. bei warmem Wetter perfekt	sehr gut, perfekt bei kühlem Wetter
<b>Umwelt-Siegel</b>						
bluesign, Öko-Text, etc.	nein	nein	nein	nein	nein	Öko-Text
<b>Preis &amp; Info</b>						
Preis	24,95 €	24,90 €	23,95 €	23,95 €	20,95 €	16,90 €
Herstellungsland	UK	Deutschland	USA	Neuseeland	USA	Schweden
Homepage	www.bridgedale.com	www.cepsports.com	www.icebreaker.com	www.ortovox.com	www.smartwool.com	www.woolpower.de
Gesamturteil	<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>	<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>	<b>sehr gut</b>	<b>sehr gut</b>

## 1. Waschen und Trocknen

Bevor wir die einzelnen Kandidaten der Reihe nach im Detail vorstellen, widmen wir uns zunächst dem Thema Waschen und Trocknen. Generell sind alle an diesem Test beteiligten Produkte waschmaschinentauglich. In der Regel dürfen die Socken bei 40°C gewaschen werden, lediglich die Socken von **Woolpower** vertragen bis zu 60°C.

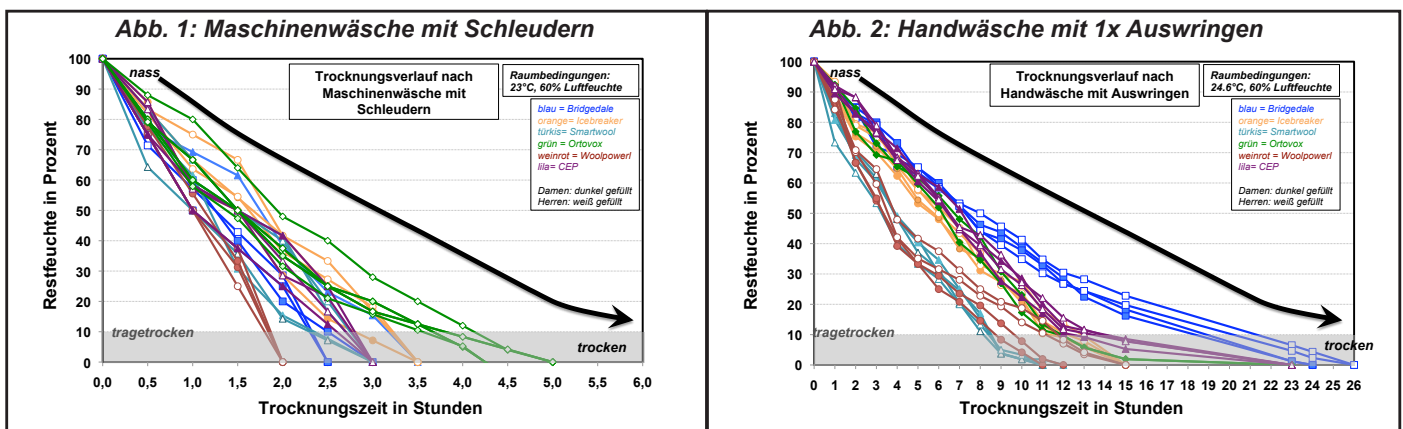
Was das Trocknen betrifft so dürfen **Bridgedale**, **Icebreaker**, **Smartwool** und **Woolpower** bei kühlen Temperaturen in den Trockner. **CEP** und **Ortovox** sollte man dagegen ausschließlich auf der Leine trocknen.

Und was ist wenn man auf Tour ist? Socken sind zwar auch unterwegs rasch mit der Hand ausgewaschen, aber dann stellt sich die spannende Frage: wie lange dauert es, bis die wieder trocken sind?

Um diese Frage zu beantworten, haben wir in untenstehender Tabelle aufgetragen wieviel Wasser (in g) nach dem Schleudern bzw. Auswringen in einer Socke verbleibt (Mittelwerte).

	Wasseraufnahme in g	Socke trocken(g)	nach Schleudern	nach Auswringen
<b>Bridgedale WoolFusion® Trekker CuPED</b>		ca. 40 g	ca. 7 g	ca. 40 g
<b>CEP Outdoor Merino Socks</b>		ca. 30 g	ca. 6 g	ca. 68 g
<b>Icebreaker Hike+ Light</b>		ca. 38 g	ca. 6 g	ca. 75 g
<b>Ortovox Merino Socks Trekking</b>		ca. 45 g	ca. 11 g	ca. 90 g
<b>Smartwool PhD Ultra Light Crew</b>		ca. 23 g	ca. 6 g	ca. 50 g
<b>Woolpower 200er Merino Socks</b>		ca. 18 g	ca. 4 g	ca. 45 g

Diese Menge Wasser muss also beim Trocknen verdunsten. Dazu haben wir wieder unseren bewährten Trocknungstest durchgeführt. Der Trocknungsverlauf dieser Messreihen ist in den folgenden Abbildungen dargestellt. Auf der x-Achse ist die Trocknungszeit in Stunden aufgetragen, auf der y-Achse die sogenannte „Restfeuchte“ in Prozent. Diese berechnet sich aus dem Trockengewicht des Produkts und seinem Nassgewicht zu Beginn der Trocknungsreihe. Ab einer Restfeuchte von 10% kann man Socken in der Regel bereits wieder ohne Komforteinbußen anziehen, daher ist dieser Bereich in den Diagrammen als „tragetrocknen“ beschriftet und grau hinterlegt.



Betrachtet man die Ergebnisse der Trocknungsreihen, so trocknen alle Socken nach dem Schleudergang innerhalb weniger Stunden (Abb. 1). Die Nase vorn haben dabei die beiden besonders dünnen Socken von **Woolpower** und von **Smartwool**, die beide bereits nach 2 bzw. 2.5 Stunden den tragetrockenen Bereich erreicht hatten. Erstaunlicherweise brauchten die dicken Socken von **Bridgedale** genau wie die relativ dünnen Socken von **CEP** jeweils 3 Stunden bis zum Erreichen einer Restfeuchte von 10% oder weniger. Die **Icebreaker** Socken schafften das nach 3.5 Stunden, die **Ortovox** Socken nach 4 Stunden. Insgesamt ein durchweg positives und vom zeitlichen Rahmen absolut akzeptables Ergebnis.

Das rechte Diagramm zeigt den Trocknungsverlauf nach der Handwäsche. Sofort wird klar: das dauert deutlich länger. In der Praxis wird man zwar mehrfach während des Trocknens die Socken auswringen, was wir aus Gründen der Reproduzierbarkeit in unsere Versuchsanordnung nicht machen können, dennoch muss man schon mindestens 8 Stunden einplanen, bis dünne Socken, wie z.B. die Testmodelle von **Smartwool** oder **Woolpower** wieder angezogen werden können. Mit zunehmender Materialstärke und dickerer Polsterung wird das Auswringen schwieriger und das Trocknen nimmt deutlich mehr Zeit in Anspruch. Die mitteldicken Socken von **Icebreaker** und **CEP** benötigten etwa 13 Stunden, die dicken Socken von **Bridgedale** und **Ortovox** sogar bis zu 22 Stunden, um den tragetrockenen Bereich zu erreichen.

Für den konkreten Einsatz unterwegs bedeuten diese Ergebnisse, dass dünne Socken unterwegs noch einigermaßen zügig (also z.B. über Nacht) trocken werden können. Aber mitteldicke Ganzjahressocken oder gar dicke Wintersocken benötigen unterwegs bis zu einem Tag, um zu trocknen. Für die Gepäckplanung auf Mehrtagestouren sollte man mindestens 2, besser 3 Paar Socken dabei haben, um immer ein trockenes Reservepaar zur Hand zu haben.



## 2. Praxistauglichkeit & Bewertung der Wandersocken

Wie sieht es mit den sonstigen Eigenschaften der Socken aus? Wie haben sie sich in der Praxis bewährt?

Beginnen wir mit den **CEP Outdoor Merino Socks**. Diese mitteldicke Wandersocke gibt es in der halbhohen Mid Cut Variante (unser Testmodell) und auch als Kniestrumpf. Die **CEP** Socke hat mit 18% den geringsten Merinowollanteil im Testfeld und ist v.a. für Temperaturen zwischen 5°C und 25°C ideal. Die **Outdoor Merino Socks** von **CEP** sind anatomisch geformt (rechts / links Modell) und haben eine dünne, aber recht effektive Polsterung im Sohlen- und Fersenbereich, wobei Luftkanäle für guten Klimakomfort sorgen. Am Rist und am vorderen Schaft ist die Socke ungepolstert. Das Hauptaugenmerk liegt bei diesem Modell klar auf der Kompression, die dem Fuß nicht nur eine perfekte Unterstützung gewährt, sondern auch die Blutzirkulation fördert. Damit das optimal funktioniert, ist allerdings eine genaue Passform wichtig, die Größenauswahl sollte also unbedingt auf den Wadenumfang und die Schuhgröße abgestimmt sein.

*Unser Fazit:* Insgesamt sitzt die Socke durch die Kompressionselemente sehr eng und fest, was auch auf die doppelt gestrickten Bündchen zutrifft. Die Pflegeeigenschaften und die Trocknungszeiten sind akzeptabel, die Haptik ist glatt und gut. Damit erzielt die **CEP Outdoor Merino Socks** mit 61.1 % der möglichen Punkte die Gesamtnote „gut“.



Innenansicht:  
CEP Outdoor Merino  
Socks Mid Cut



Innenansicht:  
Ortovox  
Merino Socks Trekking

Der zweite Kandidat sind die **Merino Socks Trekking** von **Ortovox**, die zu 60% aus tasmanischer Merinowolle bestehen und ebenfalls anatomisch geformt sind (rechts / links). Die Socke ist insgesamt recht lang und deckt große Bereiche der Wade mit ab. Daher und v.a. aufgrund der Materialstärke und dicken Polsterung an Sohle, Rist, Ferse und Teilbereichen des Schaftes eignen sich die **Merino Socks Trekking** am besten zum Wandern in der kalten Jahreszeit oder auch zum Schneeschuhwandern. In die Polsterbereiche sind einige Luftkanäle eingearbeitet, die zum guten Klimakomfort der warmen Socke beitragen. Auch stützende Zonen mit leichter Kompression sind vorhanden.

*Unser Fazit:* Die Ortovox **Merino Socks Trekking** sind v.a. im Winter eine gute Wahl. Sie begeistern mit flauschig weicher Haptik und bieten eine solide Leistung. Die recht lange

Trocknungszeit und das relativ locker sitzende, doppelt gestrickte Bündchen führen zu kleinen Punktabzügen und mit 63.9 % der möglichen Punkte zur Gesamtnote „gut“.

Der dritte Kandidat, der **WoolFusion® Trekker CuPED** von **Bridgedale** konnte im Test voll überzeugen. Die relativ dicke Socke ist v.a. im Bereich der Sohle und der Ferse stark gepolstert, wobei verschiedene Strickzonen kombiniert werden und so zum insgesamt sehr guten Klimakomfort der Socke beitragen. Der ungepolsterte Schaft endet in einem doppelt gestrickten Bündchen, das perfekt sitzt. Am Rist unterstützen Kompressionszonen den Fuß. Die Socken mit einem Wollanteil von 41% sind anatomisch nicht unterschieden und eignen sich am besten für kühles oder sogar kaltes Wetter. Das Testmodell ist mit der CuPED Technologie ausgestattet, bei der Kupferionen in den Fäden eingebracht werden, die antibakteriell wirken und so für eine effektive Geruchskontrolle sorgen.

*Unser Fazit:* die **Bridgedale WoolFusion® Trekker CuPED** überzeugen mit sehr angenehmer Haptik, guter Wärmeleistung und Polsterung sowie hoher Strapazierfähigkeit. Die lange Trocknungszeit führt zwar zu Punktabzug, dennoch erhält dieses Modell ebenfalls 77.8% der möglichen Punkte und damit die Gesamtnote „sehr gut“ und das Wandermagazin Testsiegel. Übrigens: es gibt die Socke auch ohne Kupferausstattung oder statt mit Schurwolle mit der etwas feineren Merinowolle.



Innenansicht:  
Bridgedale WoolFusion®  
Trekker CuPED



Kandidat Nummer vier ist eine echte Ganzjahressocke: die **Icebreaker Hike+ Lite Crew** Socken sind mittelschwer verarbeitet und beinhalten 70% Merinowolle. Die anatomisch unterschiedlichen (rechts / links) Socken eignen sich ganzjährig Wandern, ihre Stärken können sie vor allem bei Temperaturen zwischen Null und 25°C ausspielen. Die Socke ist an der Sohle und Ferse gepolstert, seitlich und am Rist sowie am Schaft jedoch nicht. Dadurch wird eine Überhitzung effektiv verhindert und es entsteht ein angenehmes Fußklima. Am Rist geben Kompressionszonen dem Fuß Unterstützung, ohne zu fest zu wirken. Der dünne Schaft wird von einem doppelt gestrickten Bündchen abgeschlossen, das hervorragend sitzt.

**Unser Fazit:** die **Icebreaker Hike+ Lite Crew** Socken sind perfekte Wanderbegleiter in unseren Breiten und müssen erst im wirklich kalten Winter durch dickere Modelle (z.B. Modell „Mid“) ersetzt werden. Sie punkten neben der hohen Qualität und Verschleißarmut v.a. auch mit dem Tragekomfort und der sehr angenehmen Haptik, aber auch mit guten Trocknungszeiten. Daher erlangen sie 80.6% der möglichen Punkte und erhalten die Gesamtnote „sehr gut“ und damit auch das Wandermagazin Testsiegel.



Innenansicht:  
Icebreaker  
Hike+ Lite Crew



Innenansicht:  
Woolpower  
200 Socks

Bei Kandidat Nummer fünf, den **Woolpower 200er Socken**, handelt es sich um dünne Wandersocken mit 50% Merinowollanteil und herrlich flauschiger Haptik. Die Socken eignen sich für ein weites Temperaturspektrum von kühlem bis warmem Wetter, da ihnen eine sehr gute Klimaregulierung am Fuß gelingt. Die anatomisch nicht unterschiedenen Socken weisen innen am Fuß eine rundum laufende frotteartige Polsterung auf, die zum einen puffert, zum anderen auch ohne Luftkanäle dank der lockeren Strickart zu einem guten Klimakomfort beiträgt. Auch der Feuchtetransfer funktioniert aufgrund der hohen Oberfläche selbst bei sommerlichen Temperaturen sehr gut.

Die Socke weist keine Kompressionsbereiche auf, der ungepolsterte Schaft endet in einem doppellagigen Bündchen, das zwar etwas locker sitzt, aber nicht rutscht.

**Unser Fazit:** die **Woolpower 200er Socke** ist die nahezu perfekte dünne Sommersocke, und eignet sich v.a. für Wanderer, die auf Kompression verzichten wollen. Dank der geringen Materialstärke trocknet die Socke sehr zügig. Einziger kleiner Schwachpunkt ist das bei starker und ständiger Beanspruchung auftretende Pilling auf der Außenseite, das jedoch die Funktionalität der Socke in keiner Weise mindert. Insgesamt erreicht die **Woolpower 200er Socke** 81.5% der möglichen Punkte und erhält damit die Gesamtnote „sehr gut“ und das Wandermagazin Testsiegel.

Der letzte Kandidat, die **Smartwool PhD Ultra Light Crew** Socken sind nicht gepolstert und sehr dünn. Daher eignen sie sich perfekt für warme und heiße Tage. Noppenbereiche am Rist und am Vorderfuß vergrößern die Oberfläche und optimieren dadurch den Feuchtetransfer und den Klimakomfort. Am Mittelfuß und am Knöchel sorgen Kompressionszonen für sehr gute Fußunterstützung. Der glatte Schaft endet mit einem sehr gut sitzenden doppelt gestrickten Bündchen. Durch einen Merinowollanteil von 53% verfügt die Socke über eine natürliche Geruchshemmung.

**Unser Fazit:** Die **PhD Ultra Light Crew** von **Smartwool** ist eine sehr gelungene und funktionelle dünne Wandersocke, die v.a. für den Sommer ideal ist. Wer ohne Polsterung klar kommt, hat mit diesem Modell eine haptisch sehr angenehm weiche Socke am Fuß, die auch auf anstrengenden Touren perfekt am Fuß sitzt und für sehr gutes Klima sorgt (wer es etwas weicher möchte, findet mit dem Modell „PhD Outdoor Light Crew“ eine gute Alternative). Auch bei den Trocknungszeiten konnte die **PhD Ultra Light Crew** Socke voll und ganz überzeugen. Mit insgesamt 81.5% der maximal möglichen Punkte erhält sie daher nicht nur die Gesamtnote „sehr gut“, sondern auch das Wandermagazin Testsiegel.



Innenansicht:  
Smartwool PhD  
Ultra Light Crew