Praxistest 2017, Teil 3: Mehrtagesrucksäcke zwischen 35 und 40 l

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

Auch 2017 setzen wir unsere erfolgreichen Langzeit-Praxistests fort. Wie gewohnt stellen wir Ihnen im 2-Monatsrhythmus Wanderausrüstung in ein oder zwei Testkategorien vor. Zusätzlich können Sie in der Printausgabe des Wandermagazins den oder die aktuellen Berichte in komprimierter Fassung nachlesen.
Zum Wandern gehört ein Rucksack. Wie groß der ausfällt, hängt von der Länge der Tour und der Menge des Gepäcks ab. Der vorliegende Praxistest beschäftigt sich mit Modellen zwischen 35 und 40 Liter Volumen, die entweder für eine Mehrtagestour ohne Campinggepäck, oder aber für das Familiengepäck auf einer Tagestour geeignet sind. Die meisten unserer Kandidaten gibt es übrigens als Damen- und Herrenmodell und baugleich auch noch mit anderen Volumina:

Deuter ACT Lite 35+10 SL (Damen) & ACT Lite 40+10 (Herren)
Fjällräven Abisko Friluft 35 (als Damenmodell im Test, aber grundsätzlich auch für Herren erhältlich)
Gregory Jade 38 (Damen) & Zulu 40 (Herren)
Jack Wolfskin Highland Trail 34 Women (Damen) & Highland Trail 36 (Herren)
Osprey Sirrus 36 (Damen) & Stratos 36 (Herren)
Salewa Crest 36 (Unisexmodell)

Testgebiet:	Deutsche Mittelgebirge: Hunsrück, Mittelrheintal, Pfälzerwald, Moseltal, Naheland; Berchtesgadener Alpen
Strecken:	4 bis 22 km
Höhenmeter:	▲▼ jeweils bis zu 1200 m
Temperaturen:	15°C bis -5°C
Wetter:	☀, ☁, ☂, ☃
Zeitraum:	September 2016 bis Februar 2017 (jeweils 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 diesen Praxistest haben wir aus einem großen Produktangebot die oben genannten sechs Modelle, wenn möglich als Damen- und Herrenvariante ausgewählt, um sie in unserem mehrmonatigen Praxistest genau unter die Lupe zu nehmen.
Durch die sorgfältige Vorauswahl schaffen es in der Regel nur Spitzenprodukte, zu den auserkorenen Testkandidaten zu gehören. Das Produkt (in Ausnahmen mehrere Produkte oder keines), das sich in der Praxis am besten bewährt, nachhaltig ist und rundum für den Einsatz beim Wandern überzeugt, erhält schließlich das begehrte Wandermagazin-Testsiegel.

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

Praxistest

wander magazin

Deuter ACT Lite 35+10 SL & 40+10
Mittelschwerer Mehrtagesrucksack als Damen - und Herrenvariante. Volumen um 10 Liter erweiterbar. Großes, von oben zugängiges Hauptfach, eigenes Bodenfach (mit Verbindung zum Hauptfach). Rückenlänge einstellbar. Stabiler Rahmen, luftiger Polsterrücken, sehr gute Lastenkontrolle. Keine Regenhülle. Vorbereitet für Trinksystem.

Fjällräven Abisko Friluft 35
Mittelschwerer, geräumiger Mehrtagesrucksack aus robustem G-1000®. Damen & Herrenmodell. Fixe Rückenlänge. Stabiler Rahmen mit luftigem Netzrücken. Gute Lastenkontrolle. Ungeteiltes Hauptfach per Seiten-RV und Klett komplett aufklappbar. Großes, zentrales Außenfach, keine Regenhülle, nicht trinksystemkompatibel.

Gregory Jade 38 & Zulu 40
Realtiv leichter Mehrtagesrucksack als Damen & Herrenmodell. Fixe Rückenlänge. Großes nicht unterteiltes Hauptfach (mit Einsteckfach). Zweiter Zugang über weit umlaufenden RV. Großes zentrales, oben offenes Einsteckfach. Robuster Rahmen, luftiger Netzrücken. Gute Lastenkontrolle. Regenhülle. Vorbereitet für Trinksystem.

Jack Wolfskin Highland Trail 34 (Wms) & 36 Mittelschwerer Mehrtagesrucksack mit Damen & Herrenmodell. Fixe Rückenlänge. Getrenntes Haupt- & Bodenfach. Zweiter Zugang ins Hauptfach über umlaufenden RV. Gut belüfteter Polsterrücken, stabiler Rahmen, gute Lastenkontrolle. Zentrales RV Außenfach. Regenhülle. Vorbereitet für Trinksystem.

Osprey Sirrus 36 & Stratos 36
Relativ leichter, aber sehr stabiler Mehrtagesrucksack. Damen- & Herrenmodell mit variabler Rückenlänge. Sehr luftiger Netzrücken. Gute Lastenkontrolle. Getrenntes Haupt- & Bodenfach. Zweiter Zugang ins Hauptfach über Seiten-RV. Zentrales RV-Außenfach. Regenhülle. Vorbereitet für Trinksystem.

Salewa Crest 36
Sehr leichter, robuster Unisex-Rucksack mit großem, nur von oben zugängigen Hautfach. Fixe, relativ kurze Rückenlänge. Luftiger, ziemlich flexibler Polsterrücken. Ausreichende Lastenkontrolle bis max. 10 kg. Zentrales RV-Außenfach. Regenhülle in seperatem Fach am Boden. Vorbereitet für Trinksystem.

Praxistest

wander magazin

Überblick der Testkandidaten	Deuter ACT Lite ♀ 35+10 SL ♂ 40+10	Fjällräven Abisko Friluft 35 Wms	Gregory ♀ Jade 38 & ♂ Zulu 40	Jack Wolfskin Highland Trail ♀ 34 Wms ♂ 36	Osprey ♀ Sirrus 36 & ♂ Stratos 36	Salewa Crest 36 (Unisex)
Grundlagen	♀ / ♂		♀ / ♂	♀ / ♂	♀ / ♂	
Gewicht	1600 g /1700 g	♀ 1592 g	1480 g / 1590 g	1590 g / 1677 g	1454 g / 1500 g	♂ 1090 g
Volumen in Litern	35+10 / 40+10	♀ 35	38 / 40	34 / 36	36 / 36	♂ 36
variable Rückenlänge	ja	nein	nein	nein	ja	nein
Max. Umfang in cm (Rucksack & Hüftgurt)	135 / 135	135	135 / 140	130 / 130	120 / 135	120
Einstellriemen						
Variabler Brustgurt	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Kontrollriemen	Hüfte, Schultern	Schultern	Hüfte, Schultern	Hüfte, Schultern	Schultern	Hüfte, Schultern
Kompressionsriemen	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Gurteigenschaften	♀ / ♂		♀ / ♂	♀ / ♂	♀ / ♂	
Hüftflossen (BxL) cm	13x27 / 14x27	14x26	13x25 / 13x27	13x24 / 13x26	12x22 / 12x22	10 x 23
Polsterung Hüftgurt	sehr gut	ziemlich gut	ziemlich gut	sehr gut	ziemlich gut	ziemlich gut
Zugrichtung Hüftgurt	nach vorne	nach vorne	nach vorne	nach vorne	nach vorne	nach vorne
Polster Schultergurte	gut, Mesh, luftig	gut, Mesh	gut, Mesh, sehr luftig	gut, Mesh	gut, Mesh, sehr luftig	gut, Mesh
Taschen & Fächer						
Deckelklappe: Außen und Innenfach?	außen & innen RV-Fach	außen & innen RV-Fach	außen & innen RV-Fach	außen & innen RV-Fach	außen & innen RV-Fach	außen RV-Fach
Hauptfach unterteilt	ja, sep. Boden-fach	nein	ja, sep. Boden-fach	ja, sep. Boden-fach	ja, sep. Boden-fach	nein, inneres Netzfach
Trinksystemkompatibel?	ja	nein	ja	ja	ja	ja
Seitl. Außentaschen Tiefe der Taschen	2x oben offen je 25 cm	2x oben offen: je 16 cm	2x oben offen: je 20 cm	2x oben offen je 18 cm	2x oben offen: je 24 cm	2x oben offen je 28 cm
Zentr. Außenfach	ja, oben offe-nes Außenfach	ja, 1 sehr gr. RV-Fach	ja, oben offe-nes Außenfach	j1, 1 gr. RV-Fach mit Innentasche	ja, 1 gr. RV-Fach	ja, 1 RV-Fach
2. Zugang Hauptfach	nein, aber über Bodenfach Zugang ins Hauptfach	2x Seiten-RVs, (je 45 cm) oben Klett, voll aufklappbar	ja, umlaufender RV (70 cm)	ja, umlaufender RV (70 cm)	ja, 40cm langer Seiten-RV	nein
Praxistauglichkeit						
Gurte halten?	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Rückenbelüftung	Polster: sehr gut	Netz: sehr gut	Netz: sehr gut	Polster: sehr gut	Netz: sehr gut	Polster: gut
Stabilität	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
Tragekomfort	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	gut
Zusatzausstattung						
Regenhülle	ja, in eigenem Fach	ja, in Beutel mit Öse	ja, in eigenem Fach	ja, in eigenem Fach	ja, in eigenem Fach	ja, in eigenem Fach
Stockhalterung	ja	ja	ja	ja	ja	ja
Sonstiges	1 RV Tasche am Hüftgurt;	gr. RV Taschen an beiden Hüft-flossen	RV Taschen an beiden Hüft-flossen	RV Taschen an beiden Hüftflos-sen	RV Taschen an beiden Hüft-flossen	1 RV Tasche am Hüftgurt
Preis & Info						
Preis	**149,95 €**	**189,95 €**	**160,00 €**	**149,95 €**	**160,00 €**	**130,00 €**
Homepage	deuter.com	fjallraven.de	eu.gregorypacks.com	jack-wolfskin.de	ospreyeurope.de	salewa.com
Testurteil	***sehr gut***	***sehr gut***	***sehr gut***	***sehr gut***	***sehr gut***	***gut***

Die Rückensysteme

Oberster Wunsch beim Tragen v.a. etwas größerer Rucksäcke ist es, neben einer möglichst luftigen Rückenbelüftung, zugleich auch eine maximale Lastenkontrolle zu haben. Bei Polsterrücken lassen sich diese beiden Ziele meist einfacher umsetzen, als bei Netzbelüftungen, die per se einen (in der Regel fixen) Abstand zwischen Rücken und Rucksack besitzen. Das ist der Knackpunkt, denn eines sollte klar sein: je weiter die Last vom Rücken entfernt ist, umso schwieriger ist sie zu kontrollieren. Das ist übrigens auch der Grund, warum man bei wirklich großen Trekkingrucksäcken jenseits der 50 Liter ausschließlich auf Polsterrücken trifft. Aber in der Klasse zwischen 35 und 40 Litern Volumen sind noch beide Systeme vertreten. Wie also sehen die Belüftungen unserer Kandidaten im Detail aus?

Jeweils drei der Kandidaten setzen auf Netzlösungen bzw. auf Polster.
In die Gruppe der Netzmodelle gehört der **Fjällräven Abisko Friluft 35**, bei dem ein Synthetiknetz auf einen stabilen Metallrahmen gespannt ist. Dieser gewährleistet die sehr gute Stabilität des Rucksacks. Misst man beim am Boden liegenden Rucksack den Abstand vom Netz zum Rucksack, so ergeben sich 4 cm, was beim Tragen etwas reduziert wird, da das Netz eine gewisse Flexibilität aufweist.
Eine fast identische Grundkonstruktion findet sich bei den **Osprey** Modellen **Sirrus 36** und **Stratos 36**, bei denen das Netz ebenfalls an einem Metallrahmen befestigt ist und auch auf einen Abstand von 4 cm kommt. Oben geht das Netz in das aus Klettplatten bestehende System zur stufenlosen Rückenlängenverstellung über, das nicht nur einfach zu bedienen ist, sondern auch hohe Stabilität aufweist.
Auch die **Gregory** Modelle **Jade 38** und **Zulu 40** setzen bei der Rückenbelüftung auf ein Netz. Dieses ist seitlich an einer Rahmenplatte befestigt, die zur optimalen Stabilität noch mit gekreuzten Metallstäben kombiniert ist. Dadurch besitzt der Rucksack seitlich einen Abstand von 3 cm zwischen Netz und Rucksack, in der Mitte aber von ca. 5 cm. Auch im Hauptfach ist die Vorspannung durch das Netz in Form einer Wölbung bemerkbar.
Die beiden **Deuter** Modelle **ACT Lite 35+10 SL** bzw. 40+10 setzen auf bewährte Polsterungen rechts und links der Wirbelsäule, die aufgrund ihrer Porenstruktur eine sehr gute Belüftung bieten. Beim aufrechten Gang ist der Rücken luftig und die Polster liegen nur minimal am Rücken auf. Macht man den Rücken rund, verschwindet der Freiraum und man hat maximale Kontrolle über den Rucksack. Zwischen den Polstersträngen befindet sich im Bereich der Schulterblätter das stufenweise Verstellsystem für die Rückenlänge. Als einzige Modelle im Test unterscheidet sich übrigens bei den **Deuter** Damen- und Herrenmodellen die Polsterung der Hüftflossen aufgrund der anatomisch spezifischen Anforderungen von Frauen und Männern.
Ebenfalls auf Polsterungen setzen die **Jack Wolfskin Highland Trail** Modelle **34** Womens und **36**. Auch hier bleibt viel luftiger Freiraum beim aufrechten Wandern, rundet man den Rücken, liegen die Polster eng am Rücken und erlauben beste Lastenkontrolle. Gut gemeint ist das mittig im Lendenwirbelbereich eingesetzte dicke Polster, das aber zumindest denjendigen, die gesundheitliche Probleme mit den Lendenwirbeln haben, aufgrund der Dicke nicht ausschließlich Freude bereitet.
Auch der sechste Kandidat, das Modell **Crest 36** von **Salewa** setzt auf einen Polsterrücken. Hier fällt die Polsterung recht dünn aus, was aber für eine Beladung bis max. 10 kg (mehr sollte man diesem Modell sowieso nicht zumuten) ausreicht. Schon beim aufrechten Gang liegt die Polsterung fast flächig auf dem Rücken auf, die Lastenkontrolle ist also immer vorhanden.

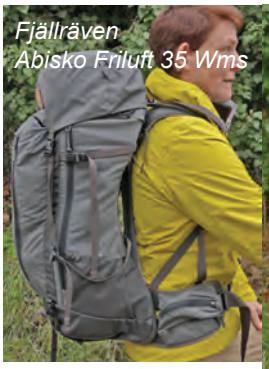
Praxistauglichkeit beim Wandern

Wie haben sich die sechs Kandidaten, die es bis auf das **Salewa** Modell jeweils für beide Geschlechter gibt, draußen in der Natur bewährt?

Salewa Crest 36

Salewa Crest 36

Den Anfang macht der Unisex Rucksack **Crest 36** von **Salewa**. Der mit Abstand leichteste Rucksack im Test ist ideal für voluminöses, aber nicht allzu schweres Gepäck (nach unserer Erfahrung gut bis 7 kg, wenn gut gepackt noch ok bis max. 10 kg), da er aufgrund der Bauweise gegenüber den Mitbewerbern etwas weniger Stabilität bietet. Das nicht weiter unterteilte Hauptfach, welches nur von oben zugängig ist, verlangt Packdisziplin. Zum Verstauen von Kleinigkeiten, die schnell greifbar sein sollen, bieten die große Deckelklappe, das zentrale RV-Außenfach, aber auch die RV-Tasche an der rechten Hüftflosse Platz. Am Boden ist in einem eigenen RV-Fach eine passende Regenhülle untergebracht. Stockhalterungen sowie zwei nach oben offene Seitentaschen und Kompressionsriemen runden die Ausstattung des trinksystemkompatiblen Rucksacks ab.
Unser Fazit: Der **Salewa Crest 36** bietet viel Volumen bei einem sehr geringen Eigengewicht. Die Hüftflossen gewährleisten eine gute Lastenübertragung. Allerdings ist der Rucksack aufgrund seiner relativ kurzen, nicht verstellbaren Rückenlänge nicht für jeden geeignet. Schön wäre ein zweiter Zugang ins große Hauptfach, um rasch an Dinge im unteren Bereich zu gelangen. Insgesamt erreicht der **Crest 36** mit 71% der möglichen Punkte das Testurteil „gut.


Fjällräven Abisko Friluft 35 Wms

Fjällräven Abisko Friluft 35 Wms

Den **Abisko Friluft 35** von **Fjällräven** haben wir als Damenmodell ausprobiert, er ist aber auch für Herren erhältlich. Der mittelschwere Rucksack aus sehr robustem G-1000® Gewebe verfügt über ein geräumiges, nicht unterteiltes Hauptfach. Öffnet man die beiden Seiten-RVs und den Klettverschluss oben, kann man das Hauptfach komplett aufklappen und hat perfekten Zugang ins Innere. Statt eines Bodenfachs gibt es ein großes, zentrales RV-Fach. Auch die Deckelklappe bietet innen und außen viel Platz für Kleinigkeiten. Die kann man aber auch in den beiden RV-Taschen an den Hüftflossen unterbringen. Flaschen finden dagegen in den beiden oben offenen Seitentaschen Platz. Stockhalterungen und Kompressionsriemen runden die Ausstattung ab.
Unser Fazit: Der **Abisko Friluft 35** von **Fjällräven** ist ein solider Mehrtagesrucksack mit hohem Tragekomfort und sehr guter Lastenübertragung und Lastenkontrolle. Bei der Ausstattung könnten allerdings noch einige Verbesserungen stattfinden. So haben wir z.B. die prinzipielle Möglichkeit ein Trinksystem zu installieren vermisst, was gerade auf langen Touren doch sehr nützlich sein kann. Dennoch erreicht der Rucksack 86% der möglichen Punkte und erhält somit das Testurteil „sehr gut“.

Gregory Zulu 40

Gregory Jade 38

Die nächsten Testmodelle kommen aus dem Hause **Gregory**: hier haben wir die baugleichen Modelle **Jade 38** (Damen) und **Zulu 40** (Herren) ausprobiert. Die mittelschweren Rucksäcke punkten mit optimaler Belüftung durch das deutlich vorgespannte Netz, was sich durch eine leichte Wölbung auch im nicht unterteilten Hauptfach bemerkbar macht. Die enorm stabilen Modelle bieten über die gut dimensionierten Hüftflossen eine sehr gute Lastenübertragung. Um eine möglichst gute Lastenkontrolle zu erreichen, sollte man durchdacht packen, damit das schwere Gepäck so nah wie möglich am Rücken plaziert wird. Im Hauptfach gibt es ein Einsteckfach für ein Trinksystem. Das Hauptfach kann über einen 70cm langen 2-Wege-RV fast ganz geöffnet werden, was den Zugriff ins Innere sehr erleichtert. Die geräumige Deckelklappe (Innen - & Außenfach), sowie die beiden RV-Taschen an den Hüftflossen bieten sicheren Stauraum fütr kleine Gegenstände. Zudem gibt es noch zwei oben offene Seitentaschen und ein oben offenes zentrales Außenfach. Stockhalterungen, Kompressionsriemen und eine, in eigenem Fach untergebrachte, Regenhülle vollenden die gute Ausstattung.
Unser Fazit: Die beiden **Gregory** Modelle **Jade 38** und **Zulu 40** bieten eine sehr gute Ausstattung, hohen Tragekomfort und prima Lastenübertragung, wodurch auch lange Touren mit schwerem Gepäck problemlos zu bewältigen sind. Im engen Testfeld verhindert allerdings die nicht verstellbare Rückenlänge den Testsieg. Mit insgesamt 90% der möglichen Punkte erhalten die beiden Modelle aber ein hochverdientes „sehr gut“.

Als viertes kommen wir zu den Kandidaten von **Jack Wolfskin**: dem **Highland Trail 34** für Damen und dem **Highland Trail 36** für Herren. Die mittelschweren baugleichen Modelle bieten ein Hauptfach und ein Bodenfach zum Verstauen des Gepäcks. Beide Fächer sind über einen RV-Boden kombinierbar. Zudem steht außen ein zentrales RV-Kartenfach und natürlich die große Deckelklappe (mit Außen- & Innenfach) zum Unterbringen von Ausrüstung zur Verfügung. Zwei RV-Taschen an den Hüftflossen und zwei oben offene Seitentaschen runden das Platzangebot ab. Ganz unten befindet sich noch ein RV-Fach mit Regenhülle. Neben dem Zugang von oben, kann man auch über einen fast umlaufenden 2-Wege-RV (70 cm lang) problemlosen Zugang ins Hauptfach erlangen. Der Rucksack hat einen Polsterrücken, der nicht nur eine gute Belüftung, sondern v.a. auch eine perfekte Lastenkontrolle bietet. Die großen Hüftflossen übertragen die Last zuverlässig, was zum guten Tragekomfort beiträgt. Stockhalterungen und Kompressionsriemen gehören ebenso zur Austattung, wie die Vorbereitung für ein Trinksystem.

Jack Wolfskin Highland Trail 36

Jack Wolfskin Highland Trail 34 Wms

Unser Fazit: Die **Highland Trail Modelle 34** und **36** von **Jack Wolfskin** zeichnen sich durch hohe Stabilität, sehr gutes Lastenmanagement und ebensolchen Tragekomfort aus. Schade ist, dass die Rückenlänge nicht variiert werden kann. Zudem sollten Wanderer mit Lendenwirbelproblemen eine Tragprobe machen, denn das mittige LWS Polster kann für diese Personen zu auftragend und dadurch kontraproduktiv sein. Insgesamt kommen die beiden Modelle auf 91% der möglichen Punkte und dürfen damit absolut verdient das Testurteil „sehr gut“ tragen.

Auch die **Deuter ACT Lite Modelle 35+10 SL** (Damen) und **40+10** (Herren) bieten eine klassische Unterteilung in ein geräumiges, nur von oben zugängiges Hauptfach und ein Bodenfach, die beide über einen RV-Boden miteinander kombiniert werden können. Außen gibt es ein zentrales, oben offenes Fach und seitlich oben offene Taschen für Flaschen. Die Deckelklappe mit Innen- und Außenfach bietet viel Platz und kann nach oben verschoben werden, wodurch zusätzliches Volumen für leichte Dinge entsteht. An der rechten Hüftflosse kann man Kleinigkeiten in einer RV-Tasche unterbringen. Der Rucksack hat eine perfekte Belüftung durch Polster, die zugleich eine sehr gute Lastenkontrolle erlauben. Damit das funktioniert, muss man den Rucksack aber mit etwas Bedacht packen, denn aufgrund der schmalen Bauform ist er höher als viele andere Modelle. Schwere Dinge dürfen nicht zu weit oben verstaut werden, um ein Schwanken zu verhindern. Wichtig ist daher auch, die vorhandenen Kompressionsriemen und Lastenkontrollriemen (v.a. an den Schultern) zu nutzen. Die Vorteile der schmalen Bauform sind die uneingeschränkte Bewegungsfreiheit für die Arme und ein sehr gutes Durchkommen auf schmalen Passagen. Die bestens dimensionierten und sehr gut gepolsterten Hüftflossen übertragen die Last zuverlässig. Perfekt und einfach handhabbar ist die Verstellbarkeit der Rückenlänge über das Vario Quick System.

Deuter ACT Lite 35+10 SL

Deuter ACT Lite 40+10

Unser Fazit: Die **Deuter ACT Lite Modelle 35+10 SL** und **40+10** eignen sich hervorragend für Mehrtagestouren, auch in schwierigem Terrain. Tragekomfort, Belüftung und Lastenübertragung sind ausgezeichnet. Die sehr gute und durchdachte Ausstattung könnte durch eine Regenhülle und einen zweiten Zugang ins Hauptfach noch optimiert werden. Aber schon so kommen die **Deuter ACT Lite** Modelle auf 93% der möglichen Punkte, was nicht nur ein „sehr gut“ sondern auch das Wandermagazin Testsiegel bedeutet.

Die letzten Kandidaten sind der **Sirrus 36** und der **Stratos 36** von **Osprey.** Auch diese beiden baugleichen Mehrtagesrucksäcke sind mittelschwer und weisen eine Unterteilung in ein großes Haupt- und ein seperates Bodenfach auf. Eine Verbindung zwischen beiden besteht nicht. Ein 40 cm langer Seiten-RV bietet einen zweiten Zugang ins Hauptfach. Ganz unten am Boden des Rucksacks ist in einem Extrafach die Regenhülle verstaut. Ansonsten gibt es noch ein zentrales RV-Außenfach sowie zwei seitliche, oben offene Einstecktaschen für Flaschen. Die große Deckelklappe (mit Innen- & Außenfach) bietet viel zusätzlichen Platz, an beiden Hüftflossen gibt es schließlich noch kleine RV-Taschen. Kompressions- und Schulterkontrollriemen, sowie Stockhalterungen runden die Ausstattung ab.

Osprey Stratos 36

Osprey Sirrus 36

Das Rückensystem der **Osprey** Rucksäcke besteht aus einem luftigen Netz, das zum einen optimale Luftzirkulation und zum anderen gute Lastenkontrolle bietet. Die großen Hüftflossen sorgen für eine effektive Lastenübertragung auf die Hüfte.
Perfekt und sehr einfach zu bedienen ist die Verstellung der Rückenlänge. Über ein System aus extrem starken Klettplatten kann man die Rückenlänge um ca. 10 cm stufenlos variieren und so eine optimale Anpassung erreichen, was wesentlich zum sehr guten Tragekomfort beiträgt.
Unser Fazit: Der **Sirrus 36** und der **Stratos 36** von **Osprey** lassen kaum Wünsche offen und sind perfekte Begleiter auf Mehrtagestouren in jedem Terrain. Neben der nahezu kompletten Ausstattung sind besonders der Tragekomfort und die Rückeneinstellung absolut überzeugend, was sich auch in der Ausbeute von 94% der möglichen Punkte zeigt. Damit bekommen die beiden **Osprey** Modelle nicht nur das Testurteil „sehr gut“ sondern auch das Wandermagazin Testsiegel.

Generelle Tipps zum Thema Wanderrucksack

Hier haben wir unseren Ausführungen aus den vorangegangenen Jahren nichts Wesentliches hinzuzufügen. Um Ihnen das Suchen im Archiv zu ersparen, im Folgenden noch einmal die wichtigsten Punkte, die man bei Rucksäcken beachten sollte.

Welcher Rucksack für welchen Einsatz?

Sehr wichtig ist beim Rucksackkauf, dass der Rucksack passt. Dabei gilt: je größer und schwerer ein Rucksack ist, umso wichtiger wird der „richtige“ Sitz. Dafür müssen neben der Rückenlänge auch die sonstigen Einstellungen individuell angepasst werden. Rucksäcke sollten unbedingt eine gute Belüftung am Rücken und wenn möglich auch an Schulter- und Hüftgurten haben.

Rückensystem
Kleine Rucksäcke bis etwa 30 Liter Volumen gibt es entweder mit Netzbelüftung oder mit Polsterbelüftung. Beim Netz ist der Abstand zwischen Rücken und Rucksack größer als beim Polsterrücken. Daher ist die Lastenkontrolle bei Netzbelüftungen nicht so gut wie bei gepolsterten Rücken. Große Rucksäcke oder Alpinrucksäcke, bei denen die Last unbedingt sehr gut kontrolliert werden muss, sind daher nur mit Polsterbelüftungen ausgestattet.

Volumen
Für Halbtages- oder Tagestouren eignen sich Rucksäcke zwischen 20 und 30 Litern am besten.
Wer einige Tage (aber ohne Campingausrüstung) unterwegs sein will, braucht Rucksäcke bis etwa 40 Liter.
Erst wer auch Zelt, Schlafsack, Isomatte und Kochgeschirr im Gepäck hat, benötigt Trekkingrucksäcke über 45 Litern.

Herren- und Damenmodelle:
Fast alle namhaften Hersteller bieten Herren- und Damenmodelle an. Hauptunterschiede sind die Form, Breite und Länge der gepolsterten Schultergurtbereiche, der Winkel der Hüftflossen und die Polsterung der Hüftflossen. Meistens sind Damenmodelle etwas kleiner im Volumen und in der Rückenlänge etwas kürzer als die korrespondierenden Herren-(Unisex-)modelle.

Richtiges Anpassen:

Das A und O beim Thema Rucksack ist nicht die Farbe oder die Ausstattung sondern zunächst die richtige Rückenlänge. Wie findet man aber heraus, ob der Rucksack passt? Hier eine kurze Anleitung zum korrekten Anpassen eines Rucksacks:
1. Den Rucksack mit Ballast (z.B. Sandsäckchen) beladen und alle Gurte lockern.
2. Den Rucksack aufsetzen und zuerst den Hüftgurt schließen. Dabei unbedingt darauf achten, dass die Hüftflossen seitlich an der Hüfte sitzen (nicht als „Bauchgurt“!). Nun den Hüftgurt stramm anziehen (Tipp: Bei Frauen sitzt er nun in der Regel deutlich unterhalb des Hosengürtels, bei Männern knapp unter dem Hosengürtel, Tendenz nach unten).
3. Erst jetzt zieht man die Schultergurte an und schließt den Brustgurt.

Wenn nun das Gewicht zu etwa 90% auf der Hüfte (nicht auf den Schultern!) lastet, sitzt der Rucksack gut. Das kann man prüfen, indem man eine 2. Person bittet, einen Finger unter den Schultergurt zu schieben. Gelingt das problemlos, liegt wenig Gewicht auf den Schultern, der Rucksack „sitzt“.

Richtiges Packen:

Richtiges Packen: Selbst mit einem richtig gut passenden Rucksack kann eine Tour noch zur Qual werden, wenn das Gewicht falsch verteilt ist. Das Hauptgewicht sollte rückennah und zentral (also etwa zwischen Schultern und Taille) verstaut werden. In Deckelklappe und Bodenfach kommen nur leichtere Gegenstände. Was schnell zur Hand sein muss, sollte gut erreichbar verstaut sein. Oft ist das Wasser zum Trinken das schwerste Gepäck. Optimal sind Trinksysteme, die sich per se an der richtigen Stelle im Rucksack befinden. Wer Flaschen bevorzugt, sollte statt einem großen lieber zwei kleine Behälter rechts und links tragen und abwechselnd daraus trinken.

Tipp:

Auf unsere Homepage finden Sie bei den Praxistests ein Untermenü mit Zusatzinfos. Beispielsweise können Sie dort Packlisten als PDF herunter laden:
http://www.schoeneres-wandern.de/html/zusatzinfos.html