2019



photography JÜRGEN SEDLMAYR

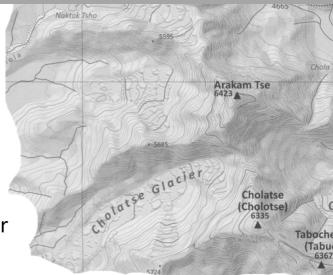
pokalde
5806 A

Nangkar Tsh
A561

EXPEDITION ADVENTURE

photography

Unterwegs mit Jürgen Sedlmayr



Sonstige Ausrüstung







Wanderschuhe

Der Markt ist voll mit Freizeitschuhe, Hikingschuhe, Wanderstiefel, Trekkingstiefel und Bergstiefel. Alles ist möglich, jede Farbe erhältlich, Preise sind von billig bis sehr teuer.

Was tun? An wen soll ich mich wenden? Wo kann ich einkaufen? Fragen, Fragen, Fragen! Gute Hersteller sind: LOWA, MEINDL und HANWAG! Es gibt aber keine Reihenfolge, weil: jeder Fuß anders ist und ich Euer Fuß nicht abschätzen kann.

Fazit: Beim Schuhkauf müßt Ihr Euch Zeit nehmen. Den Schuh im Laden mind. 30 min testen. Bitte nicht am Morgen Schuhe kaufen, weil der Fuß noch nicht belastet wurde. Optimal ist der Schuhkauf in der Regel zwischen 14.00 – 16.00 Uhr. (Das ist kein Witz) Wichtig ist der Sitz der Ferse. Wenn die beim Laufen im Schuh mit hoch geht, ist es die falsche Passform. Einige Hersteller und auch Modelle gibt es in verschiedenen Fußformen: schmal, breit, extra schmal und/oder extra breit, etc.. Teilweise schaut der Verkäufer noch nicht einmal auf Eure Füße, wenn Ihr den Schuh probiert und wendet sich oft einem anderen Kunden zu. Dann könnt Ihr gleich den Laden/Verkäufer wechseln – SCHADE.

Freizeitschuhe

Bequeme, vielseitig einsetzbare Freizeitschuhe gehören zu unserem Kernsortiment. Für Städtereisen, Alltagsabenteuer und den täglichen Weg zum Büro. Modisch, technisch - aus kräftigem Leder oder leichtem Synthetik Gewebe. Wasserdicht mit eingearbeiteter Membran oder angenehm luftig, für richtig heiße Tage. Das Einsatzgebiet ist breit gefächert.

Morgens mit dem Rad zur Arbeit, mittags mit dem Hund durch den Wald und abends mit der Bahn in die Stadt: mit den Freizeitschuhmodellen aus unserem Sortiment absolut denkbar. Denn die sind vielseitig einsetzbar und für spontane Plan-änderungen durchaus gemacht.

Für schweißtreibende Freizeitaktivitäten bieten sich Schuhe mit luftigem Obermaterial aus Synthetik Gewebe an; für Regentage und Ausflüge über feuchte Wiesen gibt es Schuhmodelle mit Membran. Für Reisen in warme Länder empfehlen wir Freizeitschuhe mit natürlichem Ober- und Futtermaterial. Besonders langlebig sind klassische Modelle aus kräftigem Leder. Ist das passende Obermaterial gewählt, bleibt immer noch: die Sohle. Entscheidend ist hier das Profil. Für Stadt und Straße reicht ein leichtes Profil, fürs Gelände darf es ausgeprägter sein.

Wollsocken, Mischgewebe oder synthetische Materialien sind für Freizeitschuhe mit Membran besonders gut geeignet. Baumwolle verfehlt hier gänzlich ihren Zweck: das Gewebe hält entstehende Feuchtigkeit am Fuß.

Für Freizeitschuhe aus natürlichen Materialien empfehlen wir Socken aus Wolle oder Baumwolle. Bei allen anderen Schuhmodellen ist die Wahl der Socke Geschmackssache. Für alle Freizeitschuhe mit zugrunde liegender Barfuß-Technologie gibt es spezielle Zehensocken. Die sind auf die zugrunde liegende Technik abgestimmt und verstärken das natürliche Laufgefühl.

Bei der Wahl der Schuhgröße achten Sie bitte darauf, dass bei Ihren Freizeitschuhen rundherum nichts scheuert oder drückt. Der Fuß dehnt sich im Laufe des Tages und unter Belastung aus. Das sollte bei der Anprobe bedacht und berücksichtigt werden. Detaillierte Angaben zur Passform finden Sie unseren Schuhmodellen.





Wanderschuhe

Wanderschuhe

Sie planen eine Wanderung durchs Mittelgebirge und lieben spontane Tagestouren - nun fehlen nur noch die richtigen Wanderschuhe? Die finden Sie hier: strapazierfähig, wieder besohlbar, mit stabilem Sohlenaufbau und guter Dämpfung. Klassische Wanderschuhe, aus kräftigem Leder oder leichte, sportliche Wanderschuhe mit synthetischem Obermaterial.

Die Wanderschuhe lassen sich einfach in zwei Kategorien einteilen:

Klassische Wanderschuhe, mit ausgeglichen kombiniertem Sohlenaufbau. Rundum komfortabel, angemessen stabil und für lange Strecken bestens geeignet.

Leichte Wanderschuhe mit sportlicher Optik, technischem Design und deutlich festerem, verwindungssteifem Sohlenaufbau. Auf den Punkt gebracht: mit weniger Komfort und mehr Stabilität! Das Profil ist meistens mit einer speziellen Climbing Zone ausgestattet. Gemeint ist damit ein profilloser Sohlenbereich, der Trittsicherheit am Fels bietet. Wer also mit Kletterschuhen im Gepäck Richtung Gipfel unterwegs ist, sollte sich für einen Schuh aus dieser Kategorie entscheiden. Der Fachbegriff dieser Wanderschuhe: Approach- oder Zustiegsschuhe.

Ist das Einsatzgebiet gewählt, bleibt die Qual der Wahl: kaufe ich Wanderschuhe mit oder ohne Membran, aus natürlichem oder synthetischem Material?

Wanderschuhe aus Leder bieten besonders hohen Tragekomfort und halten mit der richtigen Pflege fast ein Wanderleben lang. Wird das Obermaterial gewachst, sind Wanderschuhe aus Leder wasser-abweisend und auch für Touren durch feuchte Gebiete geeignet. Ist ein Leder-Wanderschuh allerdings richtig nass, braucht er verhältnismäßig lange, um zu trocknen.

Leichte Wanderschuhe aus Synthetik Gewebe sind für zügige, sportliche Wanderungen, trockene Einsatzgebiete und warme Temperaturen geeignet. Das Gewebe ist besonders luftig, schnell trocknend und feuchtigkeitsleitend. Wanderschuhe mit eingearbeiteten Membranen sind zusätzlich noch wasserdicht.

Durch falsche Socken und Hosenbeine, die Feuchtigkeit aufsaugen, entsteht dennoch manchmal der Eindruck, dass ein Schuh nicht dicht ist. Wer glaubt, durch atmungsaktive Wanderschuhe sei die Zeit der Schweißfüße endgültig vorbei, irrt. Für die optimale Funktion muss ein bestimmtes Temperaturgefälle herrschen (niedrigere Außentemperatur). Dazu kommt, dass alle atmungsaktiven Folien / Membranen in einem bestimmten Zeitraum nur eine bestimmte Menge Feuchtigkeit diffundieren lassen. Alles für die Füße!

Und für jeden Zweck das richtige Material. Denn: Zu jedem passenden Wanderschuh gibt es noch die passende Socke. Wollsocken, Mischgewebe oder synthetische Materialien sind für Wanderschuhe mit Membran besonders gut geeignet. Baumwolle verfehlt hier gänzlich ihren Zweck: das Gewebe hält die Feuchtigkeit am Fuß. Da hilft auch kein feuchtigkeitsleitendes Futtermaterial. Spezielle Wandersocken sind in allen relevanten Zonen gut gepolstert, legen sich dämpfend um den Fuß und beugen Druckstellen vor. Hat auch der Fuß das richtige Outdoor-Outfit gefunden, bleibt das wichtigste Kaufkriterium: die Größe.

Im Laufe des Tages und unter Belastung, wie bei Wanderungen mit Gepäck, verändert sich das Volumen und die Größe des Fußes. Rechnen Sie also genug Luft Drumherum mit ein, und lassen Sie genügend Platz vor dem





Wanderschuhe

großen Zeh. Unsere Empfehlung: kaufen Sie Ihre Wanderschuhe mindestens eine Größe größer als ihre normalen Freizeitschuhe. Probieren Sie Ihre neuen Wanderschuhe direkt mit der Socke an, die mit Ihnen auf Wanderschaft gehen soll. Tragen Sie die Wanderschuhe zu Hause Probe und setzen Sie ruhig mal einen gepackten Rucksack auf. Achten Sie besonders auf einen guten Fersensitz. Gibt der Schuh Ihnen hier nicht genügend Halt, rutscht der Fuß beim Bergabgehen eventuell komplett nach vorn und Sie stoßen mit den Zehen vorn an.

Hikingschuhe

Hikingschuhe bilden den Übergang von vielseitig einsetzbaren Freizeitschuhen mit angenehm flexiblen, dämpfenden Sohlen, zu Wanderschuhen mit stabilem Sohlenaufbau. Ihren Einsatz finden Hikingschuhe auf leichten Wanderungen, Tages-Ausflügen und langen Spaziergängen durch einfaches Gelände.

Denn: für schweres Gepäck sind Hikingschuhe nicht gedacht. Allen Hikingschuh-Modellen gemein ist ein dämpfender Sohlenaufbau, der gute Trittsicherheit garantiert und mehr Stabilität bietet als der Sohlenaufbau von "gewöhnlichen" Freizeitschuhen. Schaft und Sohle sitzen leicht und weich am Fuß, bieten Schutz und optimale Unterstützung für leichte, sportliche Einsätze. Für anspruchsvolle, längere Touren und schweres Gepäck sind Hikingschuhe dennoch nicht gedacht. Hikingschuh-Modelle mit halbhohem Schaft sind angemessen gepolstert und schützen empfindliche Knöchel. Kleinstteilchen wie Steinchen, Sand oder Kiefernnadeln, und Feuchtigkeit werden durch die Höhe des Schafts vom Fuß fern gehalten. Zusätzlich bietet sie etwas mehr Halt und ermöglicht eine bessere Fixierung des Fußgelenks. Sommerurlaub, Herbstausflüge - oder Sabbatical?

Hier ist das Material entscheidend! Hikingschuhe mit luftig-leichtem, synthetischem Obermaterial sind für sommerliche Temperaturen, warme und heiße Regionen besonders gut geeignet. Hikingschuhe mit Membran sind wasserdicht und somit auch an trüben, regnerischen Tagen gut einsetzbar. Hikingschuh-Modelle aus Leder sind besonders langlebig und strapazierfähig. Wird das Leder gewachst ist es stark wasserabweisend. Das natürliche Material bietet gute Eigenschaften für alle Regionen und ist somit gut für alle Hiker geeignet, die sich beim Einsatzgebiet nicht von vornherein festlegen wollen.

Und im besten Falle: die richtige. Denn auf die kommt es bei der Wahl Ihrer neuen Hikingschuhe auf jeden Fall an. Bedenken Sie bei der Probe, dass sich Ihr Fuß im Laufe des Tages und unter Belastung im Volumen verändert. Lassen Sie Ihrem Fuß also ein bisschen Platz. Vor allem in der Länge. Und probieren Sie die gewählten Hikingschuhe direkt mit der passenden Socke.

Für Hikingschuhe mit Membran (Gore-Tex und co.) empfehlen wir Wollsocken oder Socken aus Mischgewebe. Socken aus Baumwollgewebe wirken der Membran-Technologie entgegen, da sie entstehende Feuchtigkeit aufnehmen und speichern. In unserem Socken-Sortiment bieten wir spezielle Hikingsocken, oder leichte Wandersocken an, die in den relevanten Zonen (Fußsohle, Zehen und Rist) angemessen gepolstert sind.





Wanderschuhe

Wanderstiefel

Wanderstiefel bilden den Übergang von Hikingschuh zu Trekkingstiefeln und finden Ihren Einsatz auf mehrtägigen Mittelgebirgswanderungen und Touren durch unwegsames Gelände. Grober Schotter, steinige Wege und Baumwurzeln bergen kein Hindernis für Wanderstiefel in unserem Sortiment. Weniger Generell lassen sich die Wanderstiefel in unserem Sortiment in zwei Kategorien einteilen:

Leichte Wanderstiefel: mit weicherem Abrollverhalten im Vorfußbereich. Für Touren mit leichtem Gepäck und weniger anspruchsvolle Untergründe. Auch für Wochenendtouren und Spaziergänge geeignet, wenn Probleme mit Fußgelenk-Stabilität vorhanden sind.

Stabile Wanderstiefel: mit trittfester Sohlenkonstruktion. Für Touren mit mittelschwerem Gepäck und anspruchsvolle, unwegsamere Untergründe.

Allen Wanderstiefel-Modellen gemein sind folgende Merkmale:

> gute Trittfestigkeit, Seitenstabilität und Sohlendämpfung über den Knöchel hochgezogene, gut gepolsterte Schäfte, für Stützung der Fußgelenke und mehr Sicherheit haltbare, langlebige Konstruktion, wieder besohlbar haltbare Obermaterialien aus Leder in mittlerer Materialstärke oder abriebfestem Synthetik Gewebe in Kombination mit Leder griffige, abriebfeste Stollenprofile aus hochwertigen Gummimischungen. Mit mittlerer Profiltiefe für Trittsicherheit auf losem oder weichem Untergrund und in abschüssigem Gelände.

Suchen Sie einen zuverlässigen Ganzjahres-Wanderstiefel oder planen Sie überwiegend Sommer-Touren in warme Regionen mit Temperaturen über 18°? Dann empfehlen ich einen Wanderstiefel-Modell aus Leder. Das natürliche Material passt sich, wie eine Haut, den äußeren Gegebenheiten an und hält mit der entsprechenden Pflege ein Wanderleben lang. Wachsen Sie das Leder Ihres Wanderstiefels in regelmäßigen Abständen, erhält es eine natürliche Imprägnierung und wird wasserdicht. Eines sollten Sie dennoch wissen: ist ein Wanderstiefel aus Leder erst einmal komplett nass, braucht er lange um zu trocknen.

Führt Ihre Reise Sie in eine eher kühle, feuchte Umgebung, entscheiden Sie sich am besten für einen Wanderstiefel mit Membran-Technologie. Die gewährt dauerhafte Wasserdichtigkeit ohne hohen Pflegeaufwand. Und sollte Ihr Wanderstiefel mit Membran dennoch mal so richtig nass werden, wird er fast genauso schnell wieder trocken. Denn: bei Membran-Modellen kommen innen überwiegend synthetische Futtermaterialien zum Einsatz. Besonders wichtig ist bei diesen Wanderstiefel-Modellen die Wahl der richtigen Socke! Socken aus Baumwolle verfehlen hier gänzlich ihren Zweck, da sie die am Fuß entstehende Feuchtigkeit im Material aufnehmen und speichern. Wir raten daher zu Socken aus Wolle oder Mischgewebe.

In diesem Falle meinen wir die Länge der Einlegesohle. Die lässt sich bei allen Wanderstiefel-Modellen ganz einfach herausnehmen. Stellen Sie sich mit dem - bereits in der passenden Wandersocken steckenden - Fuß auf die Einlegesohle. Haben Sie noch genügend Platz vor den Zehen (ca. 1cm) und ist Ihr Fuß weder zu breit noch zu schmal für die Form der Einlegesohle, haben Sie das passende Wanderstiefel-Modell gefunden!

Auch wenn, abgesehen von einigen klassischen zwiegenähten Modellen, kein Wanderstiefel mehr bretthart am Fuß sitzt, brauchen beide (Fuß und Schuh) doch Zeit um sich aneinander zu gewöhnen. Bedenken Sie diese Eingewöhnungszeit, bevor Sie im Urlaub ungewollte Pausen einlegen müssen, weil es irgendwo am Fuß drückt oder kneift.





Wanderschuhe

Trekkingstiefel

Für mehrtägige Trekkingtouren mit schwerem Gepäck führen wir die passenden Trekkingstiefel. Geröllfelder, leichte Klettersteige und Querungen von Schneefeldern gehören zudem zum Einsatzgebiet unserer Trekkingstiefel. Sohlenkonstruktion und Obermaterial bieten eine hohe Trittfestigkeit und ein hohes Maß an Seitenstabilität.

Das gilt nicht nur für Ihr persönliches Wohl, sondern auch für das Ihrer Füße. So kommt bei allen Trekkingstiefeln besonders robustes Obermaterial zum Einsatz: Leder in besonders kräftiger Materialstärke oder abriebfestes Synthetik Gewebe. Bei vielen Trekkingstiefel-Modellen sind diese Materialien kombiniert.

Die Schäfte sind weit über den Knöchel hochgezogen und innen kräftig gepolstert. So bieten sie optimalen Halt, stützen und schützen die Fußgelenke und verringern die Verletzungsgefahr durch Umknicken. Umlaufend aufgezogene Geröllschutzränder aus kräftigem, abriebfestem Gummi schützen das Obermaterial und somit auch den Fuß. Die Sohlenkonstruktionen der Trekkingstiefel-Modelle haben es in sich! Sie bieten weniger Dämpfung als die der Wanderstiefel, bringen dafür aber ein hohes Maß an Stabilität mit. Die Sohlenprofile sind besonders ausgeprägt und sorgen auch auf losem Untergrund und abschüssigem Gelände für angemessene Trittsicherheit.

Suchen Sie einen zuverlässigen Ganzjahres-Trekkingstiefel, oder einen für eher warme Regionen mit Temperaturen über 18°? Dann empfehle ich ein Modell aus Leder. Imprägnieren und pflegen Sie Ihren Trekkingstiefel mit Wachs, bleibt das Leder geschmeidig und erhält eine natürliche Imprägnierung, durch die das Leder stark wasserabweisend bis wasserdicht ist. Wichtig ist, diesen Pflege-Prozess in regelmäßigen Abständen zu wiederholen. Einziger Nachteil des Materials: ist ein Leder-Trekkingstiefel erst einmal richtig nass, braucht er verhältnismäßig lange um wieder zu trocknen.

Soll Ihr Trekkingstiefel Sie auf Reisen in eher kühle, feuchte Regionen begleiten, empfiehlt sich ein Modell mit eingearbeiteter Membran. Das gewährt dauerhafte Wasserdichtigkeit ohne hohen Pflegeaufwand. Machen Sie sich auf die Socken!

Und probieren Ihren neuen Trekkingstiefel direkt mit dem passenden Strumpf. Dann wissen Sie sofort ob es irgendwo drückt und ob Sie die richtige Größe gewählt haben. Spezielle Trekkingsocken bieten kräftige Polster in den relevanten Zonen und schmiegen sich weich an den Fuß. Für Trekkingstiefel-Modelle mit Membran, sollten Sie unbedingt eine Socke aus Wolle oder Mischgewebe wählen. Baumwollgewebe wirkt der Membran-Technologie entgegen, weil sie die vom Fuß abgegebene Feuchtigkeit aufnimmt und im Material speichert. So entstehen feuchte, schwitzige Füße, die zudem noch leichter auskühlen.

Bei der Wahl der richtigen Schuhgröße, sollten Sie darauf achten, dass vor den Zehen noch genügend Spielraum vorhanden ist. Wir empfehlen daher, den Trekkingstiefel eine Nummer größer zu wählen. Denn im Laufe des Tages, und unter Belastung, vor allem bei Touren mit schwerem Gepäck, verändert sich das Volumen des Fußes. Das muss unbedingt bedacht werden. Eingelaufen?



Wanderschuhe

Bergstiefel

Bergstiefel kommen zum Einsatz, wenn im **Hochgebirge Touren** über <u>Gletscher</u> und <u>Eis</u> anstehen. An allen Bergstiefel-Modellen in unserem Sortiment lassen sich Steigeisen mit Kipphebelbindung fixieren, sie sind wasserdicht und teilweise isoliert. Auf Klettersteigen und im felsigen Gelände tragen die festen Sohlen zur Entlastung von Füßen und Waden bei.

Der Einsatzbereich alpiner Bergstiefel ist vielfältig. Den Einstieg bilden leichtere <u>Alpinstiefel-Modelle</u>, die sich hervorragend für Klettersteige und leichte Kletterpassagen eignen. Alle Bergstiefel-Modelle sind mit besonders festen, verwindungssteifen Sohlen ausgestattet. Die unterstützen den Fuß und bieten sicheren Halt auf kleinen Tritten oder Sprossen. Touren durch Schnee und über Gletscher gehören zum <u>Standard-Einsatzgebiet</u> von Bergund Alpinstiefeln. Die Aufnahme für Kipphebelsteigeisen gehört genauso zur Ausstattung, wie die wasserdichte Membran und die meist leichten synthetischen Außenmaterialien.

Für **längere Hochtouren** im <u>Gletscherbereich</u> empfehlen wir Bergstiefel mit einer zusätzlichen Isolierung, die Sie vor kalten Füßen bewahrt. Für anspruchsvolle Touren mit Klettereien in steilen Eiswänden oder im kombinierten Gelände sollten Sie einen Bergstiefel wählen, der zusätzlich eine Aufnahme für Bügelsteigeisen bietet. Diese schafft eine optimale Verbindung zwischen Bergstiefel und Steigeisen. Zusätzlich ist die Sohle noch stärker versteift, was ermüdungsfreies Stehen auf den Frontzacken der Steigeisen auch über längere Zeit ermöglicht.

Einige **Alpinstiefel-Modelle** haben zusätzlich <u>integrierte Gamaschen</u>, die zuverlässig vor dem Eindringen von Wasser und Schnee schützen. Damit steht auch schwierigen Eisklettereien nichts mehr im Wege.

Händler meines Vertrauen:

OSSI SCHUHE

OSSI-SCHUHE Zentrum

Queichstr. 8 | 76846 Hauenstein Tel. 06392-2387 | Fax 06392-7978

info@ossi-schuhe.de www.ossi-schuhe.de

Seit über 20 Jahren ist OSSI Schuhe meine Anlaufstelle für eine kompetenten Beratung und fachliches Können. Gerne und auch mit Überzeugung kann ich dieses Fachgeschäft weiterempfehlen.

Ansprechpartner ist Otto Bold oder Manuel Bold – absolute Experten im Bereich Wanderschuhe.





EXPEDITION ADVENTURE

photography

Jürgen Sedlmayr

Leitweg 14 76831 Ingenheim Deutschland

Mobil +49 (0) 172 - 721 56 44 Büro +49 (0) 6349 - 92 96 94

eMail info@derfotoraum.de Internet www.derfotoraum.de

www.expedition-adventure.de

