

Tipps und Tricks einer Waki Mutter für die richtige Kleidung im Wald



Ob Winter oder Sommer, generell ist es empfehlenswert, die Kinder im sogenannten Zwiebelprinzip anzuziehen. Mehrere Schichten sind vor allem in der Übergangszeit (Frühling und Herbst) sinnvoll, in denen es morgens durchaus noch kühl und nass sein kann, gegen Mittag die Sonne dann doch ihre Wirkung zeigt. Im Wald ist es meist auch immer ein paar Grad kühler und Kleidung ausziehen kann man dann immer noch.

Übergangszeiten Frühjahr/Herbst:

Unterwäsche: Wolle/Seide Unterwäsche* bzw. atmungsaktive-, / Funktionsunterwäsche eignen sich besonders gut, damit die körpereigene Wärme nicht verloren geht. Wird Baumwolle beim schwitzenden Kind als Unterwäsche verwendet, kühlt diese schnell ab und kann die Feuchtigkeit nicht abgeben. Wolle/Seide Unterwäsche ist temperaturnausgleichend und gibt Feuchtigkeit nach außen ab und kann deshalb das ganze Jahr über angezogen werden. Im Sommer hat es einen kühlenden Effekt und im Winter einen wärmenden. Für stark schwitzende Kinder ist diese sehr zu empfehlen.



Hosen:

- Für Regenwetter gibt es Funktionshosen welche atmungsaktiv und zusätzlich wasserdicht sind. Hier gibt es verschiedenen Modelle, welche von der einfachen Regenhose bis zur robusten Outdoorhose reichen. Atmungsaktive Kleidung mindert das Schwitzen und somit das Auskühlen der Kinder.
- Für trockenes Wetter eignen sich Arbeitshosen für Kinder, welche sehr robust sind und im Wald nicht kaputtgehen.



Jacken:

- Bei Regenwetter eignen sich atmungsaktive Regenjacken, die ebenfalls wasserdicht sind.
- Für trockenes Wetter sind Fleecejacken für die kühlen Morgenstunden geeignet.

Schuhe:

- Knöchelhohe Wanderschuhe mit Goretex-Membran haben sich als sehr gut geeignet bewiesen. Diese Schuhe sind wasserabweisend und trotzen sogar der ein oder anderen Pfütze.
- Für richtig regnerische Tage sind zusätzlich Gummistiefel notwendig. Hier ist wichtig darauf zu achten, ob das Kind breite oder schmale Füße hat, da es unterschiedliche Modelle gibt. So fallen Wanderungen in den Gummistiefeln einfacher. Gummistiefel sollten wegen des fehlenden Fußbettes nur bei Regen angezogen werden.

Kopfbedeckung:

- Die Kinder sollten wegen der Zecken das ganze Jahr über eine Mütze etc. tragen.
- Im Frühjahr und Herbst ist es Morgens meist noch kühler, hier sind ganz normale Jersey Mützen sinnvoll.
- Wenn es dann wärmer wird, reicht auch eine Kappe oder ein Hut.
- Bewährt haben sich auch die sogenannten Buff-Tücher, welche als Haube übergezogen werden und gleichzeitig als Halstuch dienen.
- Es gibt Jacken mit integrierter Kappe in der Mütze.



Sommer:

Pullover:

- Zum Schutz vor Mücken und Zecken sollten auch im Sommer langärmlige Oberteile getragen werden.

Hosen:

- Ebenso sind lange Hosen Pflicht, da sich die Kinder schnell an Bäumen und im Unterholz verletzen können.

Schuhe:

- Bei großer Hitze fällt es oft schwer, den Kindern geschlossene Schuhe anzuziehen. Trotzdem sind geschlossene und knöchelhohe Wanderschuhe notwendig. Die Socken sollten als Schutz vor Zecken über die Hose getragen werden.



Tipp gegen Zecken: Es gibt unterschiedliche Zeckensprays, welche auf chemische Weise wirken. Hier ist die Wirkdauer zu beachten, manche wirken nur 2-3 h, andere länger.

Wer auf den Einsatz chemischer Mittel verzichten möchte, kann sein Kind an Hals und Nacken, hinter den Ohren und an den Armen mit z.B. Kokosöl einschmieren.

Kopfbedeckung: Im Sommer sind dünne Kappen mit Nackenschutz am Besten geeignet.

Winter:

Unterwäsche:

- Unterwäsche aus Naturfasern wie Wolle/Seide haben eine hervorragende wärme regulierende Eigenschaft. Auch Funktions-, und Thermounterwäsche sind für den Winter gut geeignet. Für richtig kalte Tage eignet sich auch Unterwäsche aus reiner Schurwolle. Alternativ sind auch dünne Fleece Hosen unter der Schneehose gut einsetzbar. Strumpfhosen sind nicht sehr gut geeignet, da bei evtl. nassen Füßen das komplette Kind ausgezogen werden muss, anstatt nur der Socken zu wechseln.

Pullover:

- Fleece Pullover, Schurwollpullover oder Wollwalk. Kleidung aus Schurwolle ist besonders atmungsaktiv und temperaturnausgleichend und hält das Kind richtig warm.



Hosen:

- Über der Wolle/Seide Hose (Leggins) oder der Fleece Hose eignen sich gefütterte Schneehosen oder Regenosen. Von Vorteil ist es, wenn die Hosen einen verstellbaren Bund haben und KEINE Hosenträger. Vorteil der normalen Bundhose: Das Kind muss beim Toilettengang nicht die Jacke ausziehen, damit die Hosen ausgezogen werden kann. Damit wird das Unterkühlen des Oberkörpers vermieden.

Tipp: günstige wasserdichte Kindergamaschen sorgen dafür, dass es zwischen Hose und Schuhe nicht kalt und nass wird. Oftmals haben Hosen keinen Gummizug, welcher die Hose über die Schuhe fixiert. Gamaschen sind hier sehr nützlich und halten geschlossen.

Jacken:

- Verschiedene Winterjacken haben sich für den Wald bewährt. Jacken als 3 in 1 Kombination können das ganze Jahr verwendet werden. 3 in 1 Jacken bestehen aus einer Innenjacke, meist einem dicken Fleece und einer wasserdichten Außenjacke. Beide werden im Winter ineinander gezippt. Diese Jacken können jede für sich ebenfalls für den Frühling und Herbst verwendet werden. Das hat den Vorteil, dass man sich nur einmal eine richtig gute Jacke anschaffen muss.
- Alternativ gibt es normale dicke Winterjacken in Kombination zur Schneehose. Hier sollte drauf geachtet werden, dass die Jacke Wasserdicht und atmungsaktiv ist.

Schuhe:

- Outdoor Winterstiefel haben sich für den Einsatz im Wald gut bewährt. Zusätzlich können Schuheinlagen aus Lammfell eingesetzt werden, das hält die Füße warm. Alternativ gibt es mit Lammfell gefütterte Gummistiefel, welche einen guten Halt bieten und täglich getragen werden können.

Kalte Kinderfüße in guten Schuhen? Das liegt an den Socken. Normale Baumwollsocken spenden keine Wärme. Sobald die Füße beginnen zu schwitzen, kühlen die Baumwollsocken ab und die Füße werden nicht mehr warm. Hier gibt es eine günstige Alternative zu Baumwollsocken, Socken aus einer Mischung Merinowolle und Synthetik, oder auch reine Schurwollsocken. Beispiel solcher Socken sind Smartwool Socken, welche die folgenden Funktionen haben:

- Smartwool/Merinoprodukt
- Temperatur Regulierung

- Temperatur Regulierung
- Atmungsfähigkeit
- Geruchsfreiheit

Smartwool ist eine natürliche Faser, die im Sommer kühl und im Winter warmhält. Smartwool transportiert Feuchtigkeit besser als synthetische Fasern und sorgt damit für Trockenheit, Komfort und Geruchsfreiheit.

Bei der Anschaffung sind 2 paar Socken völlig ausreichend. Wenn nötig, werden abends die Socken per Hand ausgewaschen und sind am nächsten Tag wieder einsatzbereit. Preis pro Sockenpaar ca 5-7 Euro.

Kopfbedeckung:

- Für den Winter gibt es unterschiedliche Mützenvarianten und auch Materialien. Je nach Kind ist hier abzuwägen, was am Besten passt. Für ein stark und schnell schwitzendes Kind sind auch hier Wollmützen aus Schurwolle oder Wollfleece super geeignet. Alternativ sind normal gefütterte Fleece Mützen gut und halten den Kopf ebenfalls schön warm.



Handschuhe:

- Handschuhe mit langem Schaft sind im Schnee besonders gut geeignet. Sie bieten einen tollen Abschluss zur Jacken und können im Besten Fall noch zugezogen werden, so dass kein Schnee von oben reinrutschen kann.

Pflegehinweise:

- Outdoor Kleidung sollte in keinem Fall öfters gewaschen werden. Waschen am Besten immer nur in den Ferien. Ist die Kleidung stark verschmutzt, entweder eintrocknen lassen und dann ausbürsten, oder direkt nach dem

Waldeinsatz mit dem Gartenschlauch abspritzen. Wird beim waschen normales Waschmittel verwendet, ist nach wenigen Malen die Imprägnierung ausgewaschen und die Kleidung ist u. U. nicht mehr wasserdicht. Beim waschen in der Waschmaschine eigenen sich spezielle Waschmittel, welche die Kleidung zusätzlich imprägnieren. Die Anschaffung des Waschmittels ist etwas teurer, aber, wenn man wirklich nur in den Ferien wäscht, dann hält es sich sehr lange. Beispiel, NIKWAX Tech Waschmittel.

- Wolle/Seide und Schurwollkleidung sollte am Besten mit der Hand und klarem Wasser ausgewaschen werden. Spezielles Wollwaschmittel kann verwendet werden.

Zusammengefasst:

- Kleidung sollte immer atmungsaktiv sein
- Wolle/Seide Unterwäsche eignet sich wegen ihrer im Sommer kühlenden Funktion und im Winter wärmenden Funktion für das ganze Jahr
- Für Outdoor Kleidung kein herkömmliches Waschmittel und keinesfalls Weichspüler verwenden
- Langärmelige Kleidung auch im Sommer zum Schutz vor Zecken und Verletzungen
- 3 in 1 Jacken können das ganze Jahr verwendet werden.

Bezugsquellen:

<http://www.pinokids-shop.de>

<https://www.globetrotter.de>

www.unterwegz.biz

www.campz.de

www.bergfreunde.de

www.hans-natur.de

www.wollkids.de

Tipp: Fabrikverkauf in Pfullingen der Firma Engel

Es wurde bewusst auf den Hinweis verschiedener Marken verzichtet.

Bei Fragen dazu nennt Euch Bettina einen Ansprechpartner ☺