

# DER RUCKSACK

Beim Packen deines Rucksacks solltest Du folgende Dinge beachten:

1. **Denk daran – alles was in deinem Rucksack ist sollte mindestens 2 Zwecken dienen!** So kannst Du beispielsweise die Plastiktüte für Müll nutzen, aber im Notfall sie auch verbrennen, um gut sichtbare Rauchzeichen zu senden.
2. Alle **schweren Gegenstände** im Rucksack sollten **so nah wie möglich am Rücken** gepackt sein. Je weiter weg sie vom Körpermittelpunkt sind, umso mehr schwankt der Rucksack. Ziehe alle Kompressionsriemen fest, für mehr Tragekomfort.
3. Was nicht nass werden soll gehört in eine Ziplock-Plastiktüte. Ungeachtet der Wasserfestigkeit deines Rucksacks.

Bei der Wahl deines Rucksacks achte darauf, dass er:

- **leicht ist** und **breite gut gepolsterte Schulterriemen** hat. Unbedingt testen vorm Kauf!
- einen **Beckentragegurt** hat und ggf. auch einen **Brustriemen**. Das entlastet den Rücken.
- **mehrere Fächer** und Zugriffsmöglichkeiten hat. Ein großes Fach ist beim Suchen von einzelnen Gegenständen sehr unpraktisch.
- Ein **Außenfach für deine Wasserflasche** hat. Trinken ist wichtig und Wasser sollte immer schnell griffbereit sein.
- Eine Regenhaube für den Rucksack ist eine schöne Sache, aber nur hilfreich bei leichten Schauern. Meistens läuft dir bei starkem Regen das Wasser dann aber irgendwann über den Rücken in den Rucksack.