

## „WAS NICHT PASST, WIRD PASSEND GEMACHT“ WERTVOLLE TIPPS ZUM BERGSCHUHKAUF

In kaum einer Beziehung ist es wichtiger, dass es „wirklich passt“ als in jener zwischen Bergsteiger und Bergschuh. Druckstellen, Blasen und schmerzende Stellen – und auf einen Schlag wird das Bergerlebnis zum Albtraum, der Schuh zum absoluten Spielverderber – und die ganze Freude ist weg.

Grundsätzlich sollte man sich bei der Wahl der optimalen Schuhe an jenen Touren orientieren, die man in der Zukunft am Häufigsten damit gehen wird. Hier gilt: Je anspruchsvoller das Gelände, desto steifer, fester und höher sollte der Schuh sein ggf. auf die Steigeisentauglichkeit achten.

Um dies zu vermeiden, erhalten Sie heute ein paar Tipps und wertvolle Empfehlungen, was beim Schuhkauf zu beachten ist.

„Man sollte genügend Zeit zum Wanderschuheinkauf mitbringen, am besten nachmittags ins Geschäft kommen - denn der Fuß schwillt im Laufe des Tages an. Weiters empfiehlt es sich, Wanderschuhe für mindestens 15 Minuten mit eigenen Wandersocken zu tragen. Das Simulieren des Auf- und Abgehens auf schrägen Flächen kann ebenso helfen - beim Bergabgehen dürfen die Zehen nicht vorne anstoßen.“ So die [Experteninfo von Lisa Hörbinger \(Marketing Manager, Dachstein Schuhe\)](#). Und in jedem Sportgeschäft gibt es doch genügend tolle

Sachen zu sehen, dass es kein Problem sein dürfte, dort 15 Minuten herum zu gehen.

Im Zehenbereich sollten nach vorne 1-2 cm Luft sein – und auch nach oben hin sollte man die Zehen bewegen können. Der Fuß sollte in der Breite gleichmäßig vom Bergschuh umschlossen sein – ist hier zu viel Platz, rutscht man später und es drohen Reibungen und somit schmerzhafte Blasen.

Füße sind völlig unterschiedlich – dementsprechend hat auch jeder Schuhhersteller andere Schnittformen. Es lohnt sich also wirklich, den richtigen Schuh zum eigenen Fuß zu finden (wie auch beim richtigen Deckel zum Topf).

Die wichtigste Empfehlung lautet: gehen Sie zu einem Händler mit geschultem Fachpersonal, denn diese Experten erkennen oft schon an der Fußform, welcher „Kandidat“ Ihnen passen könnte.

Abschließend möchte ich Ihnen noch den Tipp mitgeben, die Schuhe gut zu pflegen – regelmäßige Befreiung von Schmutz, Schuhpflege auftragen und imprägnieren – so bleibt einem der Bergschuh samt tollen Bergerlebnissen lange erhalten.

IN A TEAM trägt und empfiehlt die Marke:



**DACHSTEIN**<sup>®</sup>

MOUNTAINEERING SINCE 1925