

Regen- und Kälteabwehr an den Füßen

Einleitung

Viele Radfahrer kennen das Problem und es kann ganze Urlaube vermiesen: Nasse und kalte Füße, trotz Regenschutz. Hier sollen einige Erfahrungen von Redaktionmitgliedern mit diesem Thema vorgestellt werden.

Viele Wege führen nach Rom

Egal ob Gamaschen oder mehr oder minder wasserdichte Schuhe getragen werden: Wasser sammelt sich immer unten und bleibt in der Regel an den Zehenspitzen hängen. Damit die Zehenspitzen trocken bleiben gib es diverse Abhilfen:

Gamaschen in irgendeiner Form (kann auch in Form eines »Ganzkörperkondoms« Velomobil oder Aichhorn-Ei sein) oder Liegeradfahren. Im Folgenden wird auf Lösungsansätze am »Aufrechtrad« eingegangen.

Wasserdichte Schuhe

Diese müssen einen langen Schaft haben, der deutlich über den Knöchel reicht. Die Regenhose muss drüber reichen, damit das Wasser nicht von oben in den Schuh laufen kann. Kurzschaft- bzw. Halbschuhe lohnen sich nicht. Andererseits sind wasserdichte Bergstiefel gerade auch am Knöchelgelenk zu starr für den Einsatz auf dem Rad. Einzelne Erfahrungswerte, welche Modelle auf Dauer wasserdicht und haltbar sind, fallen sehr gemischt aus:

- Wasserdichte halbhohle Stiefel von Garmont schützten anfangs zwar super, inzwischen sickert bei längeren Regenfahrten aber am Vorderfuß seitlich langsam Wasser ein. Offensichtlich hält die Membran auf Dauer der starken Walkarbeit des recht weichen Schuhs nicht Stand. Somit bieten die Schuhe wegen ihrer mangelhaften Material- und/oder Verarbeitungsqualität keinen nachhaltigen Schutz
- Mammut hat(te) ein sehr stabil gebautes Halbschuhmodell im Angebot, bei dem die Wasserdichtigkeit noch immer gegeben ist. Als Halbschuhe bleibt auf dem Rad aber der Übergang Regenhose-Schuh als Schwachstelle. Mit einer kurzen Gamasche ließe sich das Problem lösen. Das getestete Paar war aber eigentlich nur für die Nutzung zu Fuß vorgesehen.

Fahrradzukunft

Sandalen mit System

Da man Schuhe schlecht trocknen kann, erst recht unterwegs, ist der Hauptautor 2003 nach einer entsprechenden Urlaubserfahrung auf Sandalen umgestiegen:

- Socken kriegt man fast überall trocken,
- können mehrfach in trockener Ausführung mitgenommen werden,
- werden in mehreren Lagen auch im Winter mit den den gleichen Schuhen getragen,
- kostenlos enthalten sind im Winter erstaunte Blicke von Mitmenschen: Wie, Sandalen? Bei diesem Wetter?
- Schnellere Erfahrungswerte bei mangelhaften Gamaschenkonzepten.

Temperatur (Überschneidungen vorhanden)	Feuchtigkeit	Schichtenaufbau
5°C bis Hochsommer	Trocken	Wollsocken (schon alleine aus Hautschutz)
5 ... 15°C	nass	Wollsocken+Gamaschen
-5 ... 8°C	trocken	Wollsocken+Synthetiksocken
-5 ... 8°C	nass	Wollsocken+Syntetiksocken+Gamaschen
-12 ... -5°C	nicht möglich	Wollsocken+Kniestrümpfe
-16 ... -12°C	nicht möglich	Wollsocken+Kniestrümpfe+Gamaschen

Tabelle 1: Aktuelle Eskalationsstufen beim Sandalenträger (Nässe irrelevant)

1. Schicht: Wollsocken (Ganzjahresmodell handgestrickt, Lana Grossa o.ä.)
2. Schicht: etwa 35 Jahre alte dicke Kunststoff-Socken aus dem Fischereizubehör
3. Schicht,
 - a: Wollkniestrümpfe schwarz, lang, aus der Marinezeit, inzwischen durch Variante 3b ersetzt.
 - b: dicke Woll-Kniestrümpfe aus Nordnorwegen
4. Schicht: Gamaschen

Die hier getesteten Lösungen sind alle klickpedalverträglich. Die Gamaschen haben alle nach hinten gerichtetes Reflexmaterial.

Erfahrungen mit den Nässeschützern

Gore-Tex-(Über-)Socken (Gore Bike Wear): Als zweite/dritte Schicht sind diese durchaus eine Erwägung wert. Mit der Zeit stellen sich Undichtigkeiten ein, was wohl an der Überdehnung der Membrane beim Ausziehen liegt. Dann kann einfach eine Weiterverwendung ▷



Bild 02: Gore-Tex-Übersocken am Bein.



Bild 04: SealSkinz am Bein



Bild 06: Neopren-Socken am Bein



Bild 01: Gore-Tex-Übersocken (Bild_Gore.jpg)



Bild 03: SealSkinz-Socken



Bild 05: Neopren-Socken

bei Minusgraden als Windschutz erfolgen. Nach 10 km im Regen sammelt sich auch bei neuen Exemplaren an den Zehenspitzen das Wasser. Inzwischen fristen sie alleamt ihr Dasein in der Schublade. Tipp: Ruhig deutlich größer als Fußgröße einkaufen, da dann auch zwei paar Socken (siehe »Sandalen«) reinpassen und die Membrane nicht so gedehnt wird.

Gore-Tex-Socken (SealSkinz): Diese waren als Ersatz für die erste Schicht gedacht, auf Dauer aber nicht so richtig dicht. Sie fristen inzwischen ihr Dasein ebenfalls in der Schublade.

Neopren-Socken aus Segel-/Surfbedarf: Als 2. Schicht sind diese zu empfehlen, direkt auf der Haut getragen verpilzen sie sehr schnell und sind dann nicht mehr gesellschaftsfähig. Auf längere Zeit sammelt sich Wasser innen, aber die 2-3 mm dicke Neopren-Schicht hält ausreichend warm. Neopren-Socken können in unwirtlichen Gegenden (z.B. auf Island) aber als erste und einzige Schicht in Verbindung mit Sandalen sinnvoll sein: Furten, na und! Für richtiges Bäh-Wetter auf Tour durchaus eine Anschaffung wert.

Regenhose mit eingebauten Gamaschen: Eigentlich eine gute Idee, da das Wasser nicht außen an der Hose herunter und dann am Gamaschenbund

in die Gamasche hineinlaufen kann. Das ist die Schwachstelle der kurzen Gamaschen, wenn sie über der Hose getragen werden. Aber bei dem benutzen Modell wurden die Fersen nicht von den Gamäschen abgedeckt. Zumindest war das der letzte Urlaub mit Fahrrad-Halbschuhen!

Gamaschen

Klettband oder Reißverschluß? Das ist hier die Frage. Fehlertoleranter ist der Klettverschluß. Auf den kann man gerne mal rauftreten, wenn die Gamasche die Ferse herunter rutscht und der Verschluß unter der Sohle sitzt – da reagieren Reißverschlüsse empfindlicher und brauchen mehr Aufmerksamkeit. Gegen das Verrutschen hilft eventuell Klettband an der Ferse des Schuhs und das passende Gegenstück an der Gamasche. Ein Test ist geplant.

Kurze Gamaschen im Fundus des Redaktionsteames:

Die Exemplare von Jack Wolfskin und Vaude sind zwei typische Beispiele der Variante aus wasserdichtem Textil mit Klettverschluß.

Kurze Gamaschen gibt es auch als Neopren-Variante. Diese sind in der Regel mit Reißverschluß und durchgehender, leichter Gummisohle als Überschuh konstruiert. Hier war in der Vergangenheit immer der zertretene Reißverschluß das zentrale Problem. Nebenbei müssen die Nähte wasserdicht sein – das ist schon ab Werk nicht immer der Fall.



Bild 08: Dieselbe Hose am Bein



Bild 07: Hose mit integrierten Gamaschen

Lange Gamaschen:

Tucano Urbano Ouse: Seit Anfang 2018 sind diese als Alltagsausrüstung dabei – mehrfach und fast ohne Beanstandungen an den Gamaschen selbst eingesetzt. Angenehm auch auf nackten Unterschenkeln zu tragen, sie rutschen zudem nicht den Unterschenkel herunter. Während des Artikelschreibens hat zum ersten Mal, wie schon längst befürchtet, ein Reißverschluß, versagt, was sich aber in Ruhe wieder einrenken ließ (Schlitten vorsichtig mit einer Zange zusammendrücken). Eventuell wird der Reißverschluß durch Klettband ersetzt.



Bild 10: Jack-Wolfskin-Gamaschen am Bein



Bild 09: Jack-Wolfskin-Gamaschen



Konzept	Hersteller	Modell	Größe	Gewicht	Obermaterial	Dichtschicht	Schließung	Länge	Quelle	Im Einsatz
Hose	JeanTex	T3000	L	588g	PA	PU	Reißverschluss	laaang	Regenmodenladen	gelegentlich
Überschuh	Neopren /				PA	CR	Reißverschluss			nicht mehr vorhanden
Gamasche	Vaude	01279 BikeGaiter Short	'40 - 43	96g	PA	PU	Klett	24cm	Rose ...	
	Wolfskin	35086	L	92g	PA	PU	Klett	23cm	?	nicht mehr
	Tucano Urbano	727 Uose	'44 - 47	160g	95% Poly+5% PVC		Reißverschluss	50cm	Messe	aktuell
Socke	Neoprene Gamasche		'45 - 47	190g	PA	CR	Reißverschluss	22cm	?	Vergangenheit
	GoreTex		'45 - 47	100g	85% PA+15% Elasthan	69% PA+31% Elasthan	25cm	Globetrotter	selten	
	DryFashion		'43 - 44	130g	PA	CR		18cm	Segelbedarf	gelegentlich
	SealSkinz			76g				19cm	?	nicht mehr
					PU=Polyurethan PA=Polyamid CR=Chlorophrene (Neopren) Poly=Polyester					

Tabelle 2: Vergleichende Übersicht Regenschutz am Fuß. Abkürzungen

Fazit

Alle Gamaschenmodelle am Markt kann man nicht testen, erst recht nicht bei vergleichbaren Bedingungen im Alltagseinsatz. Hier sollte ein Überblick über das Für und Wider der Lösungsansätze gegeben werden.

Olaf:

Derzeit sind die Tucano Ouso tägliche Begleiter in der Fahrradtasche auf dem Arbeitsweg. Feucht oder gar nass sind die Socken noch nicht geworden. Eine Tagesreise bei Regen steht noch aus.

Stefan:

Auf Tour sind die Gamaschen als Amulett dabei. Als Schuhe werden gut gefettete Wanderhalbschuhe genutzt. Das hat bis auf ein Mal in Argentinien (landunter) gut geklappt. Im Alltag wird nur Poncho getragen, keine Gamaschen.



Bild 11: Gamaschen von Tucano, Modell Urbano Ouse



Bild 12: Tucanos Urbano am Bein

Wolfram:

Bei längeren Fahrten in anhaltendem Regenwetter sind seit gut zehn Jahren Überzieher von Gore Bike Wear aus dem MTB-Bereich im Einsatz. Das Anziehen von Regenhose, Schuhen und Überschuhen ist zwar etwas fummelig und zeitaufwändig, der Schutz ist aber perfekt. Die Sohle ist mit Aramid verstärkt, hat Öffnungen für Klickpedale und die Ferse. Bislang zeigt sie nur Gebrauchsspuren und hat auch längeren Tragepassagen über Stock und Stein sehr gut standgehalten.

PS:

Wie gut, dass die Sandalen in den Modefotos meist verdeckt sind... Der Austausch ist seit Jahren überfällig, sie wollen aber bisher nicht unreparierbar versagen ;-) ◀

Zum Autor

Olaf Schultz, Maschinenbauingenieur, Hamburg-Harburg, renitenter Großstadtalltags- und Reiseradler, Gründungsmitglied der Fahrrad-AG der TUHH, Selbstbau von mehreren Liegerädern, seit Längerem immer weiter in den Untiefen der Fahrradbeleuchtung versinkend.

