



AUSRÜSTUNG | GRIP BEI WANDERSCHUHEN

# Mehr Standfestigkeit!

Die Bananenschale muss häufig als Klamaukelement des Hinfallens herhalten. Dabei sind Stürze alles andere als lustig. Im Herbst und Winter steigt die Gefahr auszurutschen nochmals durch Nässe, Schnee und Eis. Wintersohlen oder Überzieh-Spikes sind hier gefragt.

Eine Alltagsweisheit besagt, dass die meisten Unfälle im Haushalt passieren. Für das Outdoor-Leben dürfte gelten: Die meisten Unfälle passieren durch Ausrutschen. Stabile Wanderschuhe mit Knick- und Knöchelschutz sowie einer griffigen Sohle und richtiger Passform sind daher ein Muss für verantwortungsvolles Wandern. Umso stärker gilt das für die Jahreszeiten, in denen nasses Laub, matschige Böden, überfrierende Feuchtigkeit, Eis und Schnee zu erwarten sind.

## Profil auf den Weg bringen

Die wichtigste Voraussetzung für festen Stand ist eine saubere Sohle. Wenn die Sohle mit hart gewordenem Lehm verklebt ist, nützt das beste Profil nichts. Zur Wanderschuhpflege gehört daher auch Sohlenpflege. Auch der zweite Rat ist günstig: Richtig bergab laufen lernen. Tatsächlich weist auch der DAV daraufhin, dass die meisten Stürze beim Bergablaufen passieren. Die meisten Menschen laufen nämlich in einer Rückenlage bergab und setzen die Ferse zuerst auf. Diese rutscht dabei schnell weg. Besser ist es, den Körperschwerpunkt über die

Füße zu bringen und mit der gesamten Sohle auf den Weg zu treten. Bergschuhe haben zudem am vorderen Fersenteil der Sohle eine Kralle, die zusätzlichen Halt gibt. Dazu muss der Fuß aber komplett aufsetzen.

## Das Dilemma des Sohlengummis

Die meisten Laufsohlen bei Wanderschuhen sind eine Materialmischung aus Gummi und Carbon oder anderen Härtern als Zutat. Die Sohlenhersteller benennen das nicht so gerne, vor allem nicht so genau, weil sie das als wichtiges Firmengeheimnis sehen. Aber grundsätzlich gilt: Je mehr Gummi in der Sohle ist, desto rutschfester ist sie, desto schneller reibt sie sich aber auch ab. Also versucht man einen Kompromiss zu finden zwischen Haltbarkeit und Traktion. Hinzukommt, dass die Sohle durch Kälte aushärtet und dadurch ihre Griffigkeit verliert. Bei isolierten Winterschuhen ist das nicht so gravierend, weil man sie ohnehin nur bei Kälte trägt. Was aber tun bei Wanderschuhen, die das ganze Jahr getragen werden? Keen nutzt ein spezielles Wintergummigemisch namens „Freeze Outsole“, das einen niedrigeren Gefrierpunkt haben soll. Die Inhalte hier sind leider auch geheim.

Gummi und Abrieb – das erinnert an Reifen. Kein Wunder also, dass auch Autorreifenhersteller die Wintersohle für sich entdeckt haben. **Michelin** zum Beispiel. Die **Michelin-Sohle** soll auch bei „schwierigsten Winterbedingungen für Haftung, Stabilität und Traktion“ sorgen. Das hört sich nicht nur nach Winterreifenwerbung an. **Michelin** spielt bewusst eine Analogie zwischen Laufsohlen und Auto- und Fahrradreifen. So soll der Michelinreifen XAS beim „All Terrain“ Schuh von Hi-Tec eingeflossen sein, der O/Z XZL beim Stiefel Kodiak von Klondike, die Radmäntel

*oben:  
Traktion ist für  
Outdoorschuhe  
extrem wichtig, da  
die Natur und die  
Jahreszeiten mit  
ganz unterschiedli-  
chen Untergründen  
herausfordern.  
© Michelin*



Von Ralf Stefan Beppler

Country Mud und Country Dry 2 bei Trainingschuhen von Salewa und der Country Trab bei einem Snowboardstiefel von Ride. Continental kooperiert derweil mit Adidas im Laufschuhbereich, bestückt Modelle im Moderebereich und liefert Sohlen für Snowboard-schuhe.

Griffigkeit ohne Abrieb – das sollen Graphen möglich machen. Die Entdecker dieser Werkstoffe erhielten 2010 den Nobelpreis für Physik. Graphen-Flocken gehören zu den dünnsten und gleichzeitig stärksten Werkstoffen, die es gibt. Erforscht werden sie seit 2015 im National Graphene Institut (NGI) der Universität Manchester. Dabei wurden auch Sohlen mit Graphen für langanhaltende Robustheit entwickelt. Die G-Series Laufsohle soll 50 % stärker, 50 % elastischer und 50% abriebfester als herkömmliche Sohlen sein. Das, so die Forscher, wirke sich vor allem auf die Griffigkeit der Sohle aus, weil sie weicher sein kann und gleichzeitiger länger hält. Der britische Schuhhersteller Inov8 setzt die Graphensohle bereits in diesem Winter bei Trail- und Fast-Hiking Schuhen ein.

**Spikes für Traktion**

David Ekelund, ein passionierter Läufer, war nie so richtig glücklich mit den diversen Gummimischungen. Auch seine Mutter Eliza Törnkvist hätte sich mehr Halt auf schwedischen Winterstraßen gewünscht. Also gründeten sie kurzerhand die Firma Icebug und entwickelten die BuGrip Sohle. Eine kleine Revolution, integrierte sie doch 14 Hartmetallspikes – auf Eis extrem rutschfest und dennoch sicher auf Asphalt. Der Clou: Auf hartem Asphalt drücken sich die Spikes in die Sohle, so dass die normale Gummifläche gewohnte Abrollmöglichkeiten bietet. Auf Eis greifen die Spikes in die Oberfläche und verhindern ein Rutschen. Und tatsächlich: Damit lässt sich gefahrlos über blankes Eis rennen oder trekken. Allerdings sollte man diese Schuhe nicht auf Parkett- oder Linoleumböden anziehen, sondern erst vor der Tür.

**Spezielle Wintersohlen**

Die Idee, die Sohlen mit Partikeln zu füttern, ist aber schon älter als Graphen. Der koreanische Sohlenhersteller Hypergrip entwickelte Ende der Nuller-Jahre die IceLock-Technologie Sohle. Das war revolutionär, denn Teile der Sohle wurden mit vertikal ausgerichteten mikroskopischen Glasparkeln versetzt. Eine rutschhemmende Oberflächenspannung führte auf glatten Flächen – Eis – zu einer erstaun-



Die IceLock/IceGrip-Sohle von Hypergrip arbeitet mit glasparkelversetzten Sohlelementen. © Harviang



In Icebug's BuGrip-Sohle sorgen Wolframcarbids Spikes für hervorragenden Halt. © Icebug



Vibram bietet seine Wet-Ice Technologie auch als Übersohlelement. © Vibram



Aufziehbare Schneeketten und Spikes sind gute Alternativen, um normale Schuhe winterfest zu machen. © Snowline Chainsen

lichen Griffigkeit. Beim angesehenen Satra PM 144-Rutschfestigkeitstest hat die IceLock-Technologie unter Beweis gestellt, dass sie funktioniert. Auf einer Eisplatte zeigte sie einen „signifikant höheren Rutschwiderstand“ als die Konkurrenz. In Europa war Hanwag die erste Marke, die diese Sohle nutzte – unter einem eigenen Namen: „IceGrip“. Mittlerweile wird sie von diversen Firmen genutzt, u. a. Dachstein, Kamik und Garmont.

Das konnte der europäische Sohlenspezialist Vibram nicht auf sich sitzen lassen. Wenig später präsentierten die Italiener eine „Wet Ice Technologie“ mit der Arctic Grip-Sohle. Allerdings war das Funktionsprinzip mit Glasparkeln und Metallspänen identisch. Partner der Arctic Grip Sohle sind u. a. die Marken Lowa, Merrell, Scarpa oder Dolomite. Bei Meindl heißt die Vibram-Variante IceTrek bzw. Ice-Trek Pro.

**Überzieh-Spikes & Co.**

Die Alternative für einen speziellen Winterschuh sind Überzieh-Spikes, eine Art Schneekette für Schuhe. Selbst der Winterschuhspezialist IceBug bietet diese Alternative, obwohl er vier Traktionstechnologien hat. Sie heißt „BUGweb“, kann je nach Bedarf auf- und abgezogen werden und macht mit sechs Spikes aus jedem Trailrunning- oder Wanderschuh einen Winterschuh. Auch Vibram hat das Potenzial erkannt und mit der Portable Performance Sohle eine Art aufziehbare Arctic Grip Sohle mit identischen erhöhten, rutschfesten Profilelementen entwickelt. Sie ist allerdings weniger rutschfest als das BUGweb, da sie keine Spikes hat, dafür kann man sie indoor an den Schuhen lassen.

Als Urban Outdoor Variante gibt es Schuhketten, -krallen oder ähnliches von diversen Anbietern. Manche Produkte erinnern eher an „Spielzeug“, andere sind tatsächlich funktionell. Snowline bietet das umfangreichste und funktionellste Angebot aufziehbarer Schneeketten und Spikes. So werden bspw. „Chainsen“ mittels eines Gummis über den Schuh gezogen, Kette und Spikes bestehen aus gehärtetem Edelstahl. Mittlerweile gibt es neun Chainsen-Modelle, inklusive Kinderschuhmodell. Sie sind TÜV geprüft und umfassen eine fünfjährige Garantie. Übrigens: Derartige Überzieh-Lösungen gibt es u. a. auch von Camp, Veriga, Stubai, Grivel und Black Diamond. So haben Wanderer viele Möglichkeiten, sich für die kalten, nassen und rutschigen Monate zu wappnen.