

Gerade bei unweg-
samen Passagen
sind Stöcke hilfreich.

Kompakt verpackt

So hilfreich Trekkingstöcke beim Abstieg auch sein mögen – am Klettersteig oder bei Klettereinlagen gehen sie im Weg um. Es sei denn, es handelt sich um Stöcke mit Minipackmaß, denn die lassen sich so klein zusammenfallen, dass sie komplett in den Rucksack passen. **Von Christian Schneeweiß**

Trekkingstöcke gehören längst zur Standardausrüstung von Bergsteigern. Optimal eingesetzt, entlasten sie im Abstieg die Beine und im Aufstieg die Muskulatur. Zudem helfen sie, in ausgesetzten Passagen die Balance zu halten. Beim Klettersteiggehen, Alpinbergsteigen oder Klettern mit kompletter Ausrüstung sind die Stöcke allerdings ziemlich lästig: außen am Rucksack fixiert, können sie sich in steilen Passagen im Drahtseil oder Fels verhängen.

Der Transport: Packmaß und Gewicht

Dieses Problem existiert bei auf unter 60 Zentimeter (*Kohla* und *Fizan* 58 cm) zusammenschiebbaren oder neuerdings bis unter 40 Zentimeter faltbaren (*Leki* und *Gipron* 38 cm!) Stöcken mit Minipackmaß nicht mehr. Sie lassen sich vollständig in Bergrucksäcke (ab ca. 30 l) bzw. kleinere Tages-Wanderrucksäcke versenken oder rückenlängengleich außen befestigen, so dass sie am Klettersteig oder beim Klettern nicht behindern. Die neuen (von *Komperdell* eingeführten) Faltstöcke sind keineswegs besonders leicht (mit Trekkingtellern meist um 500 g/Paar). *Komperdell* bietet aber bereits Karbon-Ultraleichtmodelle an (*Expedition*, *Ultralight* ca. 400 g!), während ultraleichte Alu-Teleskopstöcke deutlich unter 400 Gramm wiegen können (*Fizan* 340 g!), aber etwas weniger stabil sind. Kleines Manko: Zerlegte Faltstöcke brauchen mehr Platz als zusammengeschobene Teleskopstöcke.

Verbindung und Fixierung der Segmente

Alle vorgestellten Trekkingstöcke mit Minipackmaß bestehen aus drei oder vier Segmenten. Je mehr Segmente ein Stock besitzt, desto kürzer sein Packmaß, aber desto weniger robust ist er im Einsatz. Während klassische Trekkingstöcke teleskopartig auf die gewünschte Länge ausgezogen werden, funktionieren zerlegbare Faltstöcke wie Zeltstangen, d. h. die Segmente sind mit einem Seil miteinander verbundenen (meist 3 + Verstellsegment), lassen sich in einem Zug zusammensetzen und mit Arretierknopf auch fixieren (*Black Diamond* und *Leki*; nicht *Gipron*; auch Teleskopstock *Exped*). Achtung: Bei *Komperdell* muss jedes Segment mit einer Drehung fixiert werden!

Auszieh-Längen und Verstellsysteme

Faltstöcke können sich nicht unbeabsichtigt zusammenschieben – außer am obersten Segment, das meist verstellbar ist, zumindest als Variante. Ihre Längen sollten mindestens 110 bis 130 Zentimeter betragen (*Leki*). Für Mini-Teleskopstöcke gibt es bei Verwendung de facto keine Längengrenzen, konstruktionsbedingt aber relativ knappe Obergrenzen (Mini-Vierteiler *Exped* 130 cm, Mini-Dreiteiler *Fizan* 132 cm). 120 Zentimeter Maximal- oder Fixlänge (Variante *Exped* bzw. *Black Diamond*) mit noch kleinerem Packmaß ist nicht für größere Personen geeignet. Während bei Mini-Teleskopstöcken noch die verschleißanfälligere Drehverstellung mit interner Spreizdübelfixierung vor- ➤

»Ein steifer Stock ermöglicht eine bessere Übertragung der Kraft – vor allem beim Bergaufgehen.«



Thomas Roiser ist Geschäftsführer von Komperdell

Tipp 1 Dreiteilige Teleskopstöcke haben deshalb ein relativ großes Packmaß, weil man die einzelnen Segmente ineinander schiebt. Hierbei geht Packmaß verloren. Deshalb haben wir vierteilig faltbare Stöcke entwickelt.

Tipp 2 Für die Stabilität von faltstöcken ist das Material besonders wichtig. Komperdell verwendet ausschließlich Karbon. Dieses wird von uns selbst entwickelt und hergestellt, damit wir eine gute Steifigkeit erreichen. Zudem haben wir eine spezielle Segmentverbindung konstruiert: Wir wollten kein Produkt machen, das einem Zeltgestänge ähnelt.

Tipp 3 Grundsätzlich ist das, was man sucht, ein stabiler Stock! Ein steifer Stock hat eine bessere Kraftübertragung besonders beim bergauf gehen. Ein Problem bei steiferen Stöcken kann sein, dass es zu mehr Vibrationen kommt. Bei einer guten Konstruktion kommen keine Vibrationen vor. Um einen steifen Stock zu erhalten wählt man am besten Karbon. Würde man mit Aluminium die gleiche Steifigkeit haben wollen, wäre der Stock zu schwer.

Tipp 4 Am ehesten kann ein Stock – egal welcher Art – bei einem Sturz brechen, wenn man mit dem ganzen Gewicht auf ihn fällt, oder wenn der Stock aus Versehen zwischen zwei Felsen verkeilt wird.



Bei leichten Passagen sind Stöcke in der Hand gut aufgehoben. Am Fels ist das keine gute Idee.

herrscht (leichter und kleiner; nur Kohla mit Härte-Einstellung), haben sich bei den faltstöcken mit variabler Länge die externen Klemmverstellungen mit Daumenverschluss und Härteeinstellung durchgesetzt (ursprünglich entwickelt von Gipron für Black Diamond). Segmente mit dieser Fixierung können beim Verstellen herausrutschen und sollten daher nicht (wie bei interner Fixierung möglich) beim Gehen verstellt werden (außer Leki).

Technik im Detail: Spitzen und Teller

Trekkingstöcke besitzen einen Aufsatz (Gipron ohne), an dem ein flexibler Kunststoffschacht mit Stockteller und Hartmetallschäfte befestigt sind. Letztere besteht in der Regel aus dem Metall Wolfram mit Karbidkrone, wobei die Ring- oder Blütenform am effektivsten ist (v. a. Leki bzw. Exped). Gummi-Aufsätze statt der Schutzkappen eignen sich für das Gehen auf Teerstra-

ßen (Fizan, Gipron und Black Diamond). Der Schaft sollte sich bei starker Querbelastung (z. B. in Felsritze) verbiegen. Ansonsten besteht die Gefahr, dass der Stock verbiegt (wenn aus Alu) oder bricht (Karbon). Um den Teller effizient einsetzen zu können, sollte der Schaft im Sommer kürzer sein, im Winter länger (bei Kohla und Exped wechselbar).

Der nicht zu kleine Trekkingteller sollte eine Kerbe besitzen, damit man die Stöcke dort aneinanderhaken kann (Exped, Kohla, Quechua). Besonders praktisch gelöst ist dies bei Black Diamond: Der Teller besitzt Doppelkerben, in die man im zusammengeklappten Zustand beide Segmente stecken kann. Bei Komperdell ist der Teller beweglich gelagert, um sich einem Hang anzupassen. Die meisten Trekkingteller lassen sich an den Teller-Rasten gegen größere Winterteller austauschen (Black Diamond, Exped und Quechua leichtgängigere Gewinde). ▷

Fotos: Bernd Ritschel, Andreas Strauß (5), privat



Hergezeigt: faltstock nach dem Prinzip Zeltstange + Spreizdübel mit Gummizug und einer Fixierungsdrehung (Komperdell, oben) bzw. dem Prinzip Lawinensonde mit Leine + Fixierung an einem Arretierknopf (Leki)



Längenadapter: Für verstellbare faltstöcke werden externe Klemmmechanismen mit Daumenfixierung verwendet (Flic Lock von Gipron, oben), für Mini-Teleskopstöcke interne Drehfixierungen (ultraleichter Fizan).

So bewertet der BERGSTEIGER

KONSTRUKTION

Die kürzesten und die längsten markierten **Stocklängen** wurden nachgemessen und waren in etwa korrekt (*Komperdell Vario 3*, *Ultralite* weitere Spanne). Am kürzesten ließen sich *Leki* und *Gipron* zusammenfalten (38 cm!) sowie *Fizan* und *Exped* zusammenschieben (3-teilig 58 cm bzw. 4-teilig 52 cm). Besonders kraftsparend waren Stöcke, die beim Gehen fast automatisch wie Pendel vorschwangen (v. a. *Kohla* und *Komperdell Expedition*).

Die **Längenverstellung** mit Bewertung von Verstellsystem und Längenvarianz war durchwegs unproblematisch (außer *Gipron* mit fieseligem Arretierknöpfen): Bei Faltstöcken mit externer Verstellung schnell und sicher, bei Vierfach-Teleskopstöcken langwieriger (v. a. *Leki*). Die meisten Stöcke waren ausgezogen für Größere im Abstieg etwas kurz (außer *Kohla*). *Gipron* war auch für Kleinere geeignet, *Komperdell Ultralite* v. a. für Größere bis Große. Für fast jede Körpergröße optimal variabel war *Komperdell Approach* als *Vario 3* (103–139 cm).

Bei der **Segmentefixierung** wurde bewertet, wie zuverlässig das Fixierungssystem ist, oder ob es unbeabsichtigt zusammenrutschen kann. Im Neuzustand hielten alle Fixierungen bei starker senkrechter

Belastung, bei reinen Feststellstöcken 100-prozentig. Fixierungen von Faltstöcken mit Arretierknopf (auch *Exped*) waren schnell und zuverlässig (*Komperdell* mit Drehfixierung etwas weniger; *Gipron* fieselig). Externe Verstellungen waren konstruktionsbedingt leichter zu bedienen als interne, deren Anfälligkeit außerdem langfristig höher ist. Aussagen zum Verschleiß der Faltmechanismen sind nach dem Test nicht möglich.

Die Hartschaumstoffgriffe aller vorgestellten Stockmodelle boten ein angenehmes **Greifgefühl** (am besten *Komperdell* für Größere). Ausgeprägtere Formen ließen sich besser halten als glattere (v. a. *Leki* bzw. *Komperdell*). Der Komfort der Handschlaufen reichte dagegen von hervorragend (*Black Diamond*, *Komperdell* und *Exped*) bis angenehm, aber bei Wärme schweißig (*Fizan* und *Kohla*).

Obwohl die **Schlaufenverstellungen** im Prinzip alle gleich funktionierten (außer hakelige Riemenverstellung von *Black Diamond*), gab es Qualitätsunterschiede im Detail. Bei *Quechua*, *Fizan* und *Komperdell* kann der Standard-Zugkeil blockieren oder sich auf Tour schleichend verlängern. Bei *Leki* ist die Verstellung absolut zuverlässig.

Die **Steifigkeit** des Gesamtstocks bei 120 cm Länge wurde durch ruckartige Belastung von oben mit leichter seitlicher Abweichung



Nur 38 Zentimeter misst dieser Faltstock (*Gipron*) zusammengelegt und lässt sich außen oder im Minirucksack verstauen, ohne dass sich die Spitze an Drahtseil oder Fels verhaken könnte. Dafür nimmt er den Platz von zwei Teleskopstöcken ein.



Alle Faltstöcke funktionieren nach dem Zeltstangenprinzip. *Komperdell* fixiert mit interner Drehklemme, die übrigen Hersteller mit Arretierknopf (wie *Lawi*-*nensonde*). Der Fixlängenstock lässt sich in einem Zug zusammenstecken (*Black Diamond*).

geprüft. Sie hat nur bedingt etwas mit dem Risiko eines Stockbruchs zu tun, der besonders bei abrupter hoher Seitenbelastung vorkommt. Besonders steif und somit exakt zu setzen und für kleinere bis mittlere Personen auch skitourentauglich waren *Black Diamond* und *Gipron*, besonders flexibel und somit stoßdämpfend für Wanderer *Fizan*, *Kohla* und *Leki Carbon 4*.

EINSATZBEREICHE

Bergwandern (nur bei An-/Abreise verstaut): Der Stock sollte möglichst komfortabel sein, kann ruhig mehr wiegen und muss weder robust noch besonders kurz verpackbar sein (um 60 cm reicht). Federung im Abstieg idealerweise über höhere Flexibilität.

Bike&Hike (teils verstaut): Der möglichst leichte Stock kann aus dem oder am Rucksack etwas oben heraus stehen (*Bike*) und sollte ansonsten die Eigenschaften des bevorzugten Einsatzes besitzen.

Alpin/Hochtour (teils verstaut): Der Stock sollte relativ leicht, kurz verpackbar und doch robust sein, sich nicht oder kaum unbeabsichtigt zusammenschieben können und eine Greifmanschette besitzen. Steifes Material erlaubt exakte Handhabung.

Klettersteig/Klettern: Der leichte Stock sollte zusammengeklappt auch in einen kleinen Tagesrucksack passen (ca. 50 bis unter 40 cm) und zusammengesetzt für den Abstieg zuverlässig sein (relativ steif, kaum unbeabsichtigtes Zusammenschieben).



Stauraum: Faltstöcke sind zwar kurz, bestehen aber aus drei bis vier Einzelteilen. Das Packproblem, das sich daraus ergibt, löst *Leki* durch einen Beutel für beide Stöcke, der sich auch am Rucksack fixieren lässt.



Sicher fixiert: Die Schlaufenverstellung erfolgt in Europa über einen offenen Zugkeil, der aber herausrutschen kann (*Komperdell*, li.). Sicherer ist die Verstellung nach Anheben einer Fixierungskappe (*Quechua*).



Qual der Wahl: Die Stöcke mit den griffigsten Manschetten haben einen glatten Griff mit gerundetem Stützknäuf (*Kohla*, oben) bzw. einen ergonomischen (auch ohne Handschlaufe) mit unergonomischem Knäuf (*Exped*).

KAUFBERATUNG : Trekkingstöcke mit Minipackmaß



Black Diamond
Ultra Mount. Carbon



Exped
Explorer 130



Fizan
Compact



Gipron
Micro FL



Kohla
4.one



Komperdell Carbon
Approach Vario3

Vertrieb, Info	00 41/61/5 64 33 33, www.blackdiamondequp- ment.com	00 41/44/4 97 10 10, www.exped.com	0 88 21/9 32 30, www.fizan.it	0 89/75 07 94 01, www.gipron.it	00 43/5 12/33 51 00, www.kohla.at	00 43/62 32/4 20 10, www.komperdell.com
Preis in Euro	149,-	114,95	69,95	89,-	90,-	99,95
Gewicht/Paar	500 g	445 g	340 g	520 g	490 g	465 g
Längen / Segmente	41 bzw. 120 cm (auch 110, 130) / 3,5	52 bzw. 105-130,5 / 4	58-132 cm / 3	38 bzw. 106-131 cm / 4	57,5-136 cm / 4	55,5 bzw. 102,5-138,5 cm / 3
Fixierung und Verstellung	Faltstock mit Arre- tierknopf und ohne Verstellung	Arretierknöpfe + interne Spreizklemme mit Dreh- verstellung	Teleskopstock mit inter- ner Spreizklemme und Drehverstellung	Faltstock mit 2 Arre- tierknöpfen + externer Daumen-Verstellklemme	Teleskopstock mit inter- nem Doppel-Klemmkno- nus und Drehverstellung	Faltstock mit Drehfixierung + externer Daumen- Verstellklemme
Material	Gehärtetes Aluminium	Gehärtetes Aluminium	Alu-Speziallegierung	Gehärtetes Aluminium	Gehärtetes Aluminium	Karbon
Spitzen	Lang; Flex mit Wolfram/ Karbid-Ringkrone/Gummi	Kurz; mit Wolfram/ Karbid-Blütenkrone	Kurz; mit Wolfram/Kar- bid-Ringkrone/Gummi	Kurz; Metall mit Wolfram/ Karbid-Bohrkrone/Gummi	Kurz; Flex mit Wolfram/ Karbid-Bohrkrone	Lang; Flex mit Wolfram/ Karbid-Bohrkrone
Stockteller	Wechselgewinde Trek- king/Winter	Wechselgewinde Trek- king/Winter	Trekking gezahnt, Wechselraste	Trekking gezahnt, Wechselraste	Wechselraste Trekking/ Winter	Hang-anpassender Trekkingteller
Griffe	Hartschaum mit Stütz- knauf + Kurz-Manschette	Hartschaum mit mäßigem Stützknauf + Profil-Manschette	Hartschaum mit gerun- detem Stützknauf	Hartschaum mit Kork- Stützknauf + simpler Manschette	Hartschaum mit rundem Stützknauf + Profil- Manschette	Hartschaum breit mit weichem Stützknauf
Hand- schlaufen	Riemenverstellung / Fut- ter: Airmesh, kuschelig	Interner Zugkeil	Zugkeil / Futter: Neoprenpolster	Interner Zugkeil / Futter: Schaumpolster	Interner Zugkeil / Futter: breit mit Neopren	Zugkeil / Futter: breit mit absorbierendem Stoff
Verstauung	Doppelte Tellerfixierun- gen; in alle Rucksäcke	Doppelclip + Kerben; in Tagesrucksäcke	Doppelclip; in längere Rucksäcke (um 30 l)	Gummibänder; auch in Winz-Rucksäcke	Doppelclip + Tellerfixie- rung; längere Rucksäcke	2 Doppelclips oder Hand- schlaufe; Tages-Rucksäcke
Extras	Krone wechselbar gegen Gummi, Anleitung; als FL 40 bzw. bis 125 cm	Spitzen wechselbar, Reflektoren, Anleitung; 49 bzw. bis 120 cm	Ganz abgespeckt, Kurz- anleitung, als Compact 4 50 bzw. bis 125 cm	Klemmung einstellbar, Kurzanleitung	Klemmung einstellbar, Teller und Spitze wech- selbar	3 Jahre Reparaturgarantie; als Vario 4 41 bzw. bis 126 cm

Bergsteiger BEWERTUNGEN

Greifgefühl						
Einstellung						
Verstell-Länge						
Fixierung						
StEIFigkeit						
Unser Eindruck	Steifer Fixlängenstock. Geniale Verstauung, in dieser Länge für 172- 182 cm Körpergröße, setzt sich fast von selbst zusammen, gutes Pendeln, auch für Winter, kann nicht zusammenrutschen	Kompaktester Tele- skopstock. Auch für Winter, griffiger Griff, eher für kleinere Hände, Bedienung Arretierknöpfe + Schlaufeneinstellung leichtgängig, griffige Manschette, kann kaum zusammenrutschen	Leichtester Trekkingstock. Günstig, elastisch, ohne Extras, für Dreiteiler sehr kurz verpackbar, Schlaufen bequem, aber evtl. schweißig, Griff etwas rutschig, kann zusammenrutschen, weniger robust	Günstigster Faltstock. Extrem klein, sehr steif, auch für Winter, griffiger Griff, gutes Pendeln, kann nur an Verstellung zusammenrutschen, Arretierknöpfe mühsam zu schließen/öffnen (Abwertung)	Durchdachter Teleskop- stock. Auch für Winter (nicht Skitour), sehr elastisch, super Pendeln, griffige Manschette, interne Verstellung einstellbar, Schlaufen sehr exakt, aber etwas schweißig/schwergängig	Günstiger Faltstock für fast jede Körpergröße. Top Komfortgriff, 2-teilig verstaubar (auseinander- genommen 53 cm), als Faltstock relativ stabil (nur 3 Teile), Griff für Kleine zu dick, kann nur an Verstel- lung zusammenrutschen

Bergsteiger EINSATZBEREICHE

Wandern						
Bike&Hike						
Alpin						
Klettersteig						



Komperdell Carbon Expedition Solid 4



Komperdell Carbon Ultralite Vario 4



Leki Micro Vario Titanium



Leki Micro Vario Carbon



Leki Carbon 4



Quechua Forclaz 500 Light

00 43/62 32/4 20 10, www.komperdell.com	00 43/62 32/4 20 10, www.komperdell.com	0 70 21/9 40 00, www.leki.de	0 70 21/9 40 00, www.leki.de	0 70 21/9 40 00, www.leki.de	0 71 53/5 75 99 00, www.decathlon.de
139,95	189,95	129,95	149,95	149,95	45,80
400 g	390 g	560 g	480 g	445 g	450 g
40 bzw. 130 cm / 4 (110-135 in 5er-Folge)	46 bzw. 118-145 cm / 4	37,5 bzw. 110-129 cm / 4	37,5 bzw. 110-129 cm / 4	55,5-130 cm / 4	57-125 cm / 3
Faltstock mit Drehfixierung und ohne Verstellung	Faltstock mit Drehfixierung und externer Daumen- Verstellklemme	Faltstock mit Arretierknopf + externer Daumen-Verstell- klemme	Faltstock mit Arretierknopf + externer Daumen-Verstell- klemme	Teleskopstock mit interner Spreizklemme und Drehver- stellung	Teleskopstock mit interner Spreizklemme und Drehver- stellung
Karbon, unten Alu	Karbon	Gehärtetes Aluminium	Karbon	Karbon	Gehärtetes Aluminium
Lang; Flex mit Wolfram/ Karbon-Bohrkrone	Lang; Flex mit Wolfram/ Karbon-Bohrkrone	Flex mit Wolfram/Karbon- Ringkrone	Flex mit Wolfram/Karbon- Ringkrone	Flex mit Wolfram/Karbon- Ringkrone	Flex kurz mit Stahl/Karbon- Ringkrone
Hang-anpassender Trekkingteller	Hang-anpassender Trekkingteller	Einfacher Trekkingteller klein	Einfacher Trekkingteller klein	Einfacher Trekkingteller klein	Wechselgewinde Trekking/ Winter
Hartschaum breit mit weichem Stützknauf	Hartschaum breit mit weichem Stützknauf + Kurz- Manschette	Hartschaum mit Allround- Knauf + Profil-Manschette	Hartschaum mit Allround- Knauf + Profil-Manschette	Hartschaum mit Allround- Knauf + Profil-Manschette	Hartschaum mit Stützknauf
Zugkeil / Futter: breit mit absorbierendem Stoff	Zugkeil / Futter: breit mit absorbierendem Stoff	Öffnung mit zuverlässigem Keil / Trikotfutter	Öffnung mit zuverlässigem Keil / Trikotfutter	Öffnung mit zuverlässigem Keil / Trikotfutter	Öffnung mit zuverlässigem Keil / Trikotfutter
2 Doppelclips; alle Rucksäcke	2 Doppelclips; kleinere Tages-Rucksäcke	Beide lose im Packbeutel; auch in Winz-Rucksäcke	Beide lose im Packbeutel; auch in Winz-Rucksäcke	Doppelclip oder Beutel; in Tagesrucksäcke	Nur Tellerfixierung; in länge- re Rucksäcke
3 Jahre Reparaturgarantie, als Vario 4 46 bzw. bis 145 cm	Klemmung einstellbar, 3 Jahre Reparaturgarantie, Kurzmanschette	Sicherheitsschlaufen, Klemmung einstellbar, top Anleitung	Sicherheitsschlaufen, Klemmung einstellbar, top Anleitung	Sicherheitsschlaufen, stärkste interne Fixierung, top Anleitung	Erhältlich nur über www. decathlon.de, Kurzanleitung Schlaufenverstellung

Ultraleichter Fixlängenstock. Top Komfortgriff dick, relativ robust (Schlagschutz), setzt sich fast von selbst zusam- men, super Pendeln, kann nicht zusammenrutschen, Festgrößen für fast alle, schlecht verstaubar	Ultraleichter Faltstock. Auch für Nordic Walking, steif, top Komfortgriff dick, ideal für größere Personen/sportliches Gehen, bei Tiefergreifen 7 cm kürzer, kann nur an Ver- stellung zusammenrutschen, anfällig für Querlast	Robuster, kürzester Falt- stock. Extrem klein, sehr robust, gleichzeitig relativ elastisch, auch für Winter, Griff sehr griffig + top Knauf, kann an Verstellsegment kaum zusammenrutschen, relativ schwer	Steifer, kürzester Faltstock. Extrem klein, ziemlich steif, auch für Winter, Griff sehr griffig + top Knauf, kann an Verstellsegment kaum zusammenrutschen, Schlaufe kann auf längerer Tour kratzen	Leichter Vierfach-Teleskop- stock. Sehr flexibel, Griff sehr griffig + top Knauf, kann kaum zusammenrut- schen, interne Fixierung sehr sicher, aber beim Ver- stellen viel zu drehen (inkl. Zwischenwiderstand)	Super günstiger Teleskop- stock. Bequem, griffiger Griff dick, Schlaufen sicher einstellbar, aber etwas schwergängig, relativ steif, kann zusammenrutschen, Spreizdübel anfällig, Teller kann sich abdrehen

Großer Stock ganz klein

Bevor man sich einen Trekkingstock zulegt, sollte man sich über die verschiedenen Fixier- und Verstellsysteme genau informieren.

HANDSCHLAUFE

Die Handschlaufe sollte breit und weich gefüttert, ihre Verstellung leichtgängig und exakt sein.

GRIFF

Ein Griff aus Hartschaum mit ergonomisch gerundetem Knauf zum Aufstützen ist angenehm, eine Manschette zum Tiefergreifen für alpine Einsätze ideal.

FIXIERUNG

Die Fixierung besteht in Reihenfolge der Zuverlässigkeit aus: Drehverschluss mit internem Spreizdübel, externem Klemmverschluss mit Daumenclick oder Feststellung mit Dreh- oder Arretierknopf-Fixierung.

SEGMENTE

Ministöcke bestehen aus drei bis vier kurzen Segmenten, entweder verstellbaren Teleskopstöcken oder kleineren zerlegbaren Faltstöcken, meist inkl. Verstell-Segment.

TREKKINGTELLER

Der Trekkingteller an der Stockspitze sollte gegen einen Winterteller wechselbar sein, das Verbindungsstück flexibel und die Spitze aus extrem hartem Karbid bestehen.

Bergsteiger TIPP

Checkliste für den richtigen Stock

- **Schwergewichtige** sollten beim Kauf ultraleichter Stöcke bedenken, dass diese bei zu großer Belastung brechen können.
- **Bei interner Fixierung** sollte man die Teleskopstöcke nach 20 Minuten Gehen nachdrehen (bei externer Schraube gelegentlich nachziehen).
- **Beim Gehen** mit den Handgelenken in die Handschlaufen schlüpfen. Die Griffe ohne Schlaufe zu umfassen, erfordert Kraft, und der Stock kann runterfallen.
- **Sollten die Stöcke** oben etwas herausstehen, wenn sie am Rucksack befestigt sind, möglichst den Deckel des Rucksacks über die Spitzen ziehen.
- **Zerlegte Faltstöcke** ohne Verpackung lassen sich problemlos mit einem Haushaltsgummi oder Riemen zusammenhalten.