



Fotos: Teva (1), Chr. Schneeweiß

# Fußkleidung

Sie sind bequem, eignen sich für Freizeit und fürs Wandern – und sehen sogar modisch aus. Trekkingsandalen setzen sich im Outdoor-Bereich als Fußbekleidung immer mehr durch. Wir sagen Ihnen, was Trekkingsandalen wirklich können und worauf Sie beim Kauf achten sollten. | Von Christian Schneeweiß

**E**igentlich stammen Trekkingsandalen aus Amerika, wo man sie vor allem in den warmen Regionen gern zum Wandern verwendet. Unterdessen haben sie sich auch in unseren Breiten als bequeme und luftige Fuß-Bekleidung im Freizeitbereich (»Freizeitsandalen«) und bei leichten Wanderungen im Sommer (»Wandersandalen«) durchgesetzt. Die klassische Trekkingsandale besitzt eine dicke, meist rundum überstehende Sohle mit daran befestigter Beriempung, zwei bis drei Klettverstellungen und meist einem Schnallenverschluss (perfekt bei *Teva*) an der entscheidenden Ristverstellung.

## Besonderheiten

Seit einigen Jahren sind spezielle Wandersandalen mit Schnürung und rippenartiger Beriempung (*Meindl*, *Keen*) auf dem Markt sowie fast geschlos-

sene Allround-Freizeitschuhe mit seitlichem Meshfutter oder luftigerem Netz (*Salomon*; geht nicht in die Tipp-Bewertung ein, da keine Sandale mehr). Eine Schwäche aller Wandersandalen ist, dass kleine Steine zwar leicht hereinkommen, aber im Gegensatz zu normalen Sandalen kaum wieder herausfallen können. Zudem sind Wandersandalen deutlich schwerer. Während klassische Trekking-

sandalen vorne offen sind, sind die Modelle, die sich fürs Wandern eignen, und Allroundschuhe sowie die wandertaugliche Freizeitandale von *Columbia* im Zehenbereich geschlossen und mit Gummi verstärkt. Beim Bergabgehen jedoch stoßen die Zehen an diese Zehenkappen, außer bei Modellen mit gutem Halt gegen das Vorrutschen des Fußes (*Salomon*, *Meindl*).



**SPITZENTANZ** Zehenschutz durch hochgezogene Sohle (Typ Freizeit; *Teva*) oder Gummikappen für Typ Wandern (*Keen*) bzw. Allround (*Columbia*); die Typen entsprechen hier nicht dem Einsatzbereich!

## Material und Wasserfestigkeit

Grundsätzlich sind Trekkingsandalen wasserfest, d. h. die Riemen bestehen aus Kunstfaser (meist Nylon), und das Fußbett ist aus einer Gummimischung. Damit kann man durch Bäche waten oder am Strand im feuchten Sand wandern. Sandalen aus imprägniertem Leder sind nicht dauerhaft wasserfest (Leder zieht mit der Zeit Wasser und wird beim Trocknen porös), und Lederfußbetten werden bei Feuchtigkeit rutschig (beides bei Wandersandalen von *Keen*, *Meindl*). Beide Materialtypen besitzen als Polsterungsfutter für die Beriempung in der Regel wasserfestes Neoprenfutter. Bei *Lizard* ist das Futter nicht aufgenäht, also angenehm nahtfrei.

## Preis und Gewicht

Zwischen 90 und 100 Euro muss man für typische hochwertige Trekkingsandalen rechnen (ca. 700 bis 750 g), es sei denn man entscheidet sich für das Modell



**SCHNELLVERSCHLUSS** Die zusätzlich angebrachte, perfekte Ristschnalle ermöglicht ein schnelles Ein- und Aussteigen nach Voreinstellung der Klettverschlüsse (*Teva*)

von *Northland* (sensationelle 35 €). »Nur« das Doppelte kosten die beiden anderen Leichtandalen in unserer Übersicht (*Columbia*, *Lizard*, jeweils 620 g). Bei beiden können ebenso wie beim Leicht-Freizeitschuh von *Salomon* Steine durch die Sohle drücken, was bei den robusten, aber deutlich schwereren Wandersandalen nicht der Fall ist (*Keen* 1010 g).





**Bergsteiger**  
**TIPP**  
Gewicht

**Columbia  
Watu**

Preis: 69,95 €

[www.columbia.com](http://www.columbia.com)

Gewicht/Paar: 640 g in Größe 45,5

An der Spitze geschlossene + verstärkte, gepolsterte Leder-Trekking-sandalen mit Fußbett aus Schaumstoff, Verschluss: verstellbare Klette + Rist-Schnalle

Profiltiefe: 1 – 2 mm

Extras: geruchshemmend

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

Eindruck: günstige leichte Freizeitsandale; kein guter Halt, aber Zehenschutz, kaum spürbar, durch Vorlage gut im Aufstieg, kleine Verstellumfänge (v. a. vorn), Antirutschsohle kaum wandertauglich, Stein kann durchdrücken

Eignung

Freizeit  Wandern



**Keen  
Newport M**

Preis: 99,95 €

[www.keeneurope.eu](http://www.keeneurope.eu)

Gewicht/Paar: 1010 g in Größe 45

An der Spitze geschlossene + verstärkte, gepolsterte Leder-Wandersandalen mit ergonomischem Fußbett, Verschluss: Schnürung mit Tanka

Profiltiefe: 1 mm

Extras: 2 Zugschlaufen, antibakteriell

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

Eindruck: robuste Freizeitsandale; nicht dauerhaft wasserfest, Antirutsch-Sohle robust, Fersenriemen nicht verstellbar, Verschluss lockert sich, mäßige Fersendämpfung, riecht stark nach Leder, schwer

Eignung

Freizeit  Wandern



**Lizard  
Super Hike**

Preis: 69,- €

[www.lizardfootwear.com](http://www.lizardfootwear.com)

Gewicht/Paar: 620 g in Größe 45

Fast wasserfeste, gepolsterte Trekking-sandalen mit ergonomischem Fußbett aus Leder, Verschluss: 3 verstellbare Klette

Profiltiefe: 1 mm

Extras: keine

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

Eindruck: günstige leichteste Freizeitsandale; kaum spürbar, Traggefühl angenehm, Antirutschsohle kaum wandertauglich, Berierrung etwas fieselig, wenig Zehenfreiheit, Stein kann durchdrücken, riecht stark nach Gummi

Eignung

Freizeit  Wandern



**Bergsteiger**  
**TIPP**  
Wandern

**Meindl  
Brazil**

Preis: 94,90 €

[www.meindl.de](http://www.meindl.de)

Gewicht/Paar: 955 g in Größe 45

An der Spitze geschlossene + verstärkte, gepolsterte Leder-Wandersandalen mit ergonomischem Fußbett aus Leder, Verschluss: Schnürung mit Tanka

Profiltiefe: 2 mm

Extras: 2 kleine Zug-/Hängschlaufen

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

Eindruck: robuste Wandersandale; nicht dauerhaft wasserfest, kaum spürbar, robuste Sohle mit geringer Torsion, super Dämpfung und ausreichend Profil, gute Schnürung, aber schwergängig, Fersenriemen nicht verstellbar, schwer

Eignung

Freizeit  Wandern

**Profil und Fußbett**

Die Sohlen von Trekkingsandalen sind generell gut bis sehr gut gedämpft (außer in den Fersen bei Northland, Keen). Das Profil ist meist recht flach, wobei die sogenannten Antirutsch-Sohlen (nur 1 mm) gegen feuchten Untergrund selten wandertauglich sind, da sie zudem eine ungünstige Profilstruktur besitzen. Wandertaugliche Schuhe sollten mindestens zwei Millimeter Profiltiefe plus eine aggressive Struktur aufweisen. Gene-

rell haben Trekkingsandale keine Einlage (außer durchdachte Freizeitschuhe von Salomon). Dafür sind die normalerweise breiten Fußbetten (Salomon ist schmal geschnitten) meist ergonomisch geformt.

**Extras**

Die meisten Trekkingsandale sind antimikrobiell behandelt. Die bisweilen nützlichen Zugschlaufen zum besseren Ein- oder Aussteigen sind oft so klein, dass sie nur zum Aufhän-



**FIXPUNKTE** Verschlüsse aus 3 verstellbaren Kletten mit nahtfreien Riemenpolstern (links; Lizard), Schnellschnürung mit verstaubarem Spezialverschluss (Salomon), Schnürung mit Tankaverschluss (Meindl)

an einem Karabiner taugen. Teva hat als Besonderheit einen fixen Spannbereich aus Hartkunststoff als Fußstütze und Schutz. Source lässt sich im Beutel transportieren, hat aber einen unangenehmen Geruch.

stig angelegt (Zehen zu weit vorn) und bei Meindl muss man beim Einstieg die Schnürung per Hand erst lockern, dann wieder zuziehen.

**Bedienung**

Fast alle vorgestellten Trekkingsandalen lassen sich gut bis sehr gut verstellen und schnell an- und ausziehen. Bei Columbia sind die Verstellumfänge allerdings sehr klein, bei Source ist die gesamte Geometrie ungün-

**Gehkomfort**

Alle Modelle rollen sehr gut ab, auch die relativ harte Sohle von Keen mit weniger guter Fersendämpfung. Ansonsten lassen auch die Dämpfungen nichts zu wünschen übrig (top bei Teva, Salomon, Meindl). Bei Salomon wärmen sich allerdings die Füße trotz seitlichem Netz bei direk-

**FUSSSCHMEICHLER**

Klassische Freizeitsandalen mit Fußbetten aus genopptem Schaumstoff (links; Northland), Antirutschgummi (Source) und Leder (Lizard)



schlecht  
 ausreichend  
 befriedigend  
 gut  
 sehr gut





**Northland  
Rock Sandal**

Preis: 34,95 €

[www.northland-pro.com](http://www.northland-pro.com)

Gewicht/Paar: 670 g in Größe 45

Wasserfeste, gepolsterte Kunstfaser-Trekkingsandalen mit Fußbett aus gekörntem Gummi, Verschluss: verstellbare Klette

Profiltiefe: 1 mm

Extras: —

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

**Eindruck:** supergünstige leichte Freizeitsandale; ergonomisches Fußbett, kaum spürbar, top abrollen bei mäßiger Fersendämpfung, Profil an Spitze und Ferse ungünstig, Stein kann durchdrücken, keine Ristschnalle

**Eignung**

Freizeit  Wandern



**Salomon  
Techamphibian 2**

Preis: 94,95 €

[www.salomonsports.com](http://www.salomonsports.com)

Gewicht/Paar: 670 g in Größe 45

Wasserfester geschlossener Freizeitschuh mit seitlichem Netz, gepolsterter Lasche/Ferse, nichtrutschender Loch-Einlage, Verschluss: Schnürung mit Spezial-Tanka, Fersenriemen

Profiltiefe: 2 mm

Extras: Zugschlaufe, Schnürungstasche, antimikrobiell

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

**Eindruck:** leichter Allroundschuh; berg- und biketauglich, sehr gute Schnürung, bester (Seiten-)Halt, ausreichendes Profil, schmalerer Schnitt, Stein kann nicht rein, aber durchdrücken, seitlich anfällig, geringere Atmung

**Eignung**

Freizeit  Wandern



**Source  
Gobi**

Preis: 99,95 €

[www.source-vagabond.com](http://www.source-vagabond.com)

Gewicht/Paar: 730 g in Größe 45

Wasserfeste, gepolsterte Kunstfaser-Trekkingsandalen mit Fußbett aus griffigem Gummi, Verschluss: verstellbare Klette

Profiltiefe: 1 mm

Extras: Verwahrtasche, Hängschlaufe, Reflektor klein, antibakteriell

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

**Eindruck:** dauerhaft wasserfeste Freizeitsandale; guter Fußbetthalt, aber kaum Zehenschutz durch Vorschieben des Fußes, Vorderriemen zu weit hinten, Profil nur für Aufstieg brauchbar, riecht stark nach Gummi

**Eignung**

Freizeit  Wandern



**Bergsteiger  
TIPP  
Allround**

**Teva  
Open-Toachi**

Preis: 80,- €

[www.teva.tatonka.com](http://www.teva.tatonka.com)

Gewicht/Paar: 720 g in Größe 44,5

Fast wasserfeste, gepolsterte Leder-Trekkingsandalen mit ergonomischem Fußbett, Verschluss: verstellbare Klette + Ristschnalle

Profiltiefe: 2 / 4 mm

Extras: fixer Spann, antimikrobiell, Zugschlaufe, Sohle vorn gelocht

Bedienung:

Halt:

Gehkomfort:

**Eindruck:** Freizeit- und Wandersandale; weiches und doch stabiles Fußbett bei robuster Sohle, für Sandalen guter Seitenhalt, Verstellung sehr gut außer hinten (überflüssig), beste Schnalle, super Dämpfung

**Eignung**

Freizeit  Wandern

ter Sonneneinstrahlung oder Hitze auf.

Der Halt in der Sandale ist nicht zu verwechseln mit Umknick-Resistenz oder dem Halt auf dem Weg. Er bestimmt viel-

mehr, wie gut der Fuß umfasst wird und wie präzise man mit dem Schuh gehen kann (v. a. Seitenhalt). Hier gibt es die größten Unterschiede: Naturgemäß schneidet das schuhartige

(daher bei der Tippvergabe nicht berücksichtigte) Modell von Salomon mit seiner raffinierten Schnürung am besten ab. Keen und Meindl bekommen bei den klassischen Sanda-

len erwartungsgemäß die besten Noten, wobei sich die Schnürung von Keen beim Gehen lockert. Nicht optimal fixieren lassen sich die Füße auch bei Columbia und Northland. ■

**SOHLEN-ÄSTHETIK** Wandertaugliche Sohlen mit 2 mm tiefem Profil, das hier noppig (links; Meindl, kaum Seitenverwindung), aggressiv (Salomon, Spreizeffekt) und grätig (Teva, fixer Ristbereich) ist



**DARAUF SOLLTEN SIE ACHTEN**

Für einen Schnelleinstieg sollte die Sandale am **Ristriemen** eine Schnalle besitzen (evtl auch Tankaverschluss).

Die Sandale sollte zum Wandern vorne überstehen oder eine **Schutzkappe** besitzen.



Klettverstellungen ermöglichen eine **exakte Anpassung** an den Fuß (bei Wandersandalen/ Freizeitschuhen Schnürung).

Die **Sohle** sollte fürs Wandern deutlich profiliert sein, für den Freizeiteinsatz ein Antirutschprofil besitzen.

**Tipps vom Outdoor-Experten**

- Ein **Freizeitschuh** lässt sich durch Umknicken des Fersenteils nach vorn in einen Pantoffel verwandeln.
- Bergab sollte man die **Riemen** nachziehen, damit die Zehen möglichst wenig vorrutschen.
- **Trekkingsandalen** sind generell nicht fürs Gelände geeignet; **Wandersandalen** schützen aber die Zehen und stabilisieren den Fuß.
- Für **Canyoning** eignen sich nur wasserfeste Freizeitschuhe.

schlecht

ausreichend

befriedigend

gut

sehr gut