

## Infos rund um Schlafsack und Isomatte

### Schlafsack:

Bei Schlafsäcken wird zwischen **Daunen** und **Kunstfasern** als Füllmaterial unterschieden:

### **Daunenschlafsäcke**

sind die erste Wahl, wenn es um minimales Packmaß und geringes Gewicht geht – das Verhältnis von Isolation, Gewicht und Packmaß ist unerreicht. Auch beim Schlafklima kann die Daune punkten. Der große Nachteil von Schlafsäcken mit Daunenfüllung ist, dass sie leicht Feuchtigkeit aufnehmen und diese auch sehr lange speichern, was gerade bei nass-kaltem Wetter schnell zum völligen Verlust der Isolationsfähigkeit führen kann.

### **Kunstfaserschlafsäcke**

haben ein geringfügig höheres Packmaß und Gewicht. In den letzten Jahren haben sie aber durch die Entwicklung von modernen Fasern die Daune mit ihren positiven Eigenschaften fast eingeholt. Der große Vorteil der Kunstfasern ist, dass sie fast keine Feuchtigkeit aufnehmen und somit auch bei feucht-kaltem Wetter ohne Isolationsverlust eingesetzt werden können. Zudem geben sie aufgenommene Feuchtigkeit sehr schnell wieder ab.

-> Wir empfehlen sog. 3-Jahreszeiten-Schlafsäcke, die z.B. sowohl im Pfingstlager in der Eifel (mit Nachtfrostgefahr!) als auch noch bei einem Lager im Spätsommer/Herbst eingesetzt werden können (i.d.R. Kunstfaser).

### **Temperaturangaben:**

Wirklich wichtig ist eigentlich nur der **Komfort-Temperatur-Wert (T komf.)**, da es bei den Werten T lim./min. und T extr. (Minimal- und Extremwert) schon „mächtig kalt“ im Beutel wird.

-> Wir empfehlen, den Schlafsack lieber etwas zu warm zu kaufen als zu kalt – öffnen kann man ihn dann immer noch. Bei einem Komfortwert von um die -2 Grad liegt man im grünen Bereich.

**Isomatte/Luftmatratze:** Für das Sommerlager ist es eigentlich egal, ob Luftmatratze, Isomatte oder eine der sog. „Therm A Rest“ – Matten verwendet werden. Beim Lager im Frühjahr/Herbst scheiden Luftmatratzen allerdings aus, da sie nicht gut isolieren. Die Isomatten sind da besser und ab Temperaturen unter Null Grad das Mittel der Wahl. Die Therm A Rest-Matten vereinigen (über/um Null Grad) die Vorteile von Luftmatratze und Isomatte, da sie gut isolieren (durch die Kombination von Luft und Isolationsschichten) und deshalb auch nicht so hart wie Isomatten sind.

-> Wir empfehlen eine Therm A Rest-Matte, alternativ eine (aber dann härtere) Isomatte.