

Bikepacking mit Camping: Tipps und Tricks

Zelt

Das MSR Hubba NX ist für Personen, die alleine zu Fuss oder mit Bikepacking unterwegs sind, die erste Wahl. Das Internet ist voll von Erfahrungsberichten von Leuten, die mit diesem Zelt sehr zufrieden sind. Nebst dem kleinen Packmass ist für mich ausschlaggebend, dass es sehr einfach und schnell aufgebaut ist und dass es freistehend ist. Bei normalen Verhältnissen werden nur 2 Heringe benötigt, um das Aussenzelt abzuspannen, das auf der Eingangsseite auch gleich eine Apsis bildet.

Bei Regen habe ich im Zeltinnern absolut trockene Verhältnisse und kann sorglos schlafen.

Nichts ist ärgerlicher als im Regen ein Zelt einzupacken! Da mein Zelt klein, leicht und freistehend ist, trage ich es in solchen Situationen – wenn immer möglich – von der Wiese komplett unter ein schützendes Dach, trockne es etwas ab und packe es im Trockenen ein. Natürlich ist auch das umgekehrte Szenario denkbar: Wenn man bei Regen nicht ein im Aufbau befindliches Unterzelt schon nass haben möchte, kann man das Zelt auf bescheidener Bodenfläche in einem Innenraum oder unter einem Vordach aufstellen, dann auf die Wiese rausnehmen und schnell das Überzelt drüberwerfen und befestigen.

Zeltunterlage: Ich stelle ein Zelt nie direkt auf den Boden. Die zusätzlichen 150g, welche das MSR Footprint auf die Waage bringt, lohnen sich in mancher Hinsicht!

Schlafen

Auf das Wohlgefühl eines echten Schlafanzugs möchte ich auch beim Bikepacking nicht verzichten. In kalten Nächten ergänze ich das kurze Pijama mit Ärmlingen, Beinlingen und Socken.

Ich bin ein Mensch, der schnell mal friert im Schlafsack. Gute warme Schlafsäcke sind aber zu voluminös für Bikepacking. Die Lösung, in einen dünnen Schlafsack mit minimalem Packmass einen dünnen Schlafsackeinleger zu legen, ist wesentlich platzsparender und dennoch sehr wirksam. Ich habe im Internet auch mal den Tipp gefunden, bei Bedarf zwei dünne Schlafsäcke ineinanderzulegen. Das gibt immer noch weniger Packvolumen als 1 dicker Schlafsack.

Die Matte Ultra light von Sea to Summit ist ein kleines Wunderwerk. Sie ist wirklich die berühmte eierlegende Wollmilchsau. Packmass: minimal. Aufblasen: geht ganz schnell. Luft ablassen: geht noch schneller. Polsterung: Ist sehr angenehm und sogar für mich als Seitenschläfer rückenschonend. Isolation: sehr wirksam. Ich weiss nicht, wie die das geschafft haben, alles, was man sich wünscht, in ein und demselben Produkt umzusetzen!

Ich schlafe mit meiner Zelt-Ausrüstung oftmals besser als im Hotel und das, obwohl ich bereits über 60 bin!

Radbekleidung

Auf Touren trage ich immer Mountainbike-Schuhe (ich verwende einheitlich auf allen meinen Fahrrädern das SPD-Klicksystem, auch auf den Rennrädern), so dass auch längere Fusstrecken kein Problem darstellen.

Ich trage auch bei heissen Temperaturen unter dem Velotrikot immer ein Sportshirt. So verteilt sich der Schweiß auf 2 Kleidungsstücken, und bei Abfahrten bin ich besser windgeschützt, ohne immer gleich die Jacke anziehen zu müssen.

Regen

Bei Regenwetter schütze ich meine Füße umgekehrt wie die meisten: Statt Schuhüberzieher zu verwenden «opfere» ich die Schuhe dem Regen und halte die Füße trocken, indem ich über die Velosocken Goresocken anziehe. Sie halten die Feuchtigkeit draussen. Nach dem Regen werden die Schuhe im Fahrtwind wieder getrocknet. Dieses System hat sich bewährt, ich habe auf diese Weise in der Mongolei sogar Flüsse durchquert. Leider sind solche Gore-Socken heute kaum mehr erhältlich.

Auch im Sommer kann man an die Finger frieren. Statt zusätzlich langfingrige Handschuhe mitzunehmen, ziehe ich bei Regenwetter oder in den Bergen die genialen Überziehandschuhe von Roeckl an. Sie sind dünn und extrem elastisch.

Bei schwachem und kurzem Regen im Sommer ziehe ich keine Regenjacke an. Das bisschen Feuchtigkeit verdunstet schnell auf dem warmen Körper und im Fahrtwind. Die Regenjacke schützt zwar gegen Wasser von aussen, führt aber dazu, dass man darunter mehr schwitzt und dadurch Feuchtigkeit von innen erzeugt. Bei Wolkenbrüchen, die im Sommer meist nur von kurzer Dauer sind, ziehe ich es vor, unterzustehen, bis das Schlimmste vorüber ist.

Sicherheit

Ich trage an meinem Helm einen anklebbaren Rückspiegel, wie ich auch sonst immer mit Rückspiegel unterwegs bin (je nach Fahrrad an diesem selber angebracht oder eben am Helm). Ohne Rückspiegel fühle ich mich zu wenig sicher und irgendwie schutzlos. Den Umgang mit einem Helmspiegel muss man zu Beginn lernen. Es braucht etwas Angewöhnung, bis man gelernt hat, die Augen Richtung Helm zu verdrehen. Aber wenn man sich mal daran gewöhnt hat, möchte man ihn nicht mehr missen. Einziger Wermutstropfen: Die Aussicht auf schöne Landschaften ist auf der linken Seite halt immer etwas eingeschränkt durch dieses störende Objekt. Aber das ist mir der jederzeitige Überblick über das Geschehen auf der Strasse wert. Natürlich gibt es heute smarte Alternativen: Systeme, welche via Sensor im Rücklicht elektronisch vor Fahrzeugen warnen, die von hinten herannahen. Aber das ist nicht mehr meine Welt.

«Ziviles» Leben

Den Tipp mit den Kungfu-Schuhen habe ich von Torsten Frank. Er hat solche immer dabei auf seinen Ultracycling-Rennen. Sie sind sehr leicht, im Gepäck biegsam und platzsparend verstaubar und geben in einem Hotel trotzdem ein akzeptables Zivilistenbild ab. Auf einen Satz normaler Alltagskleider sollte man auch bei Bikepacking nie verzichten.

Körperflege

Alles, was man braucht, aber in Miniausgabe! Viele Pflegeprodukte bekommt man heute in Mini-Ausführung. Duschmittel kann man auch selber in eine kleines Fläschchen abfüllen. Es empfiehlt sich sehr, dieses noch einmal in eine Plastiktüte einzupacken, falls es mal undicht sein sollte. In einer kleinen Metallschatulle habe ich eine Hotelseife dabei.

Als Frottetuch verwende ich ein platzsparendes gut saugendes Mikrofaser-Duschtuch von VELOPLUS («Fluffy»). Die Grösse ist zwar grenzwertig klein (40x80cm), aber Bikepacking lässt nun mal nichts Voluminöses zu. Alternativ ist jetzt auch eine etwas grössere Ausgabe erhältlich (60x120cm), diese ist aber doppelt so schwer.

Ich besitze zwar einen Minirasierer, der etwa die Grösse eines Daumen hat, aber mittlerweile lasse auch diesen zu Hause und lasse den Bart wachsen.

Wer es auf die Spitze treiben will, macht es wie die Teilnehmer an Ultracycling-Rennen und sägt von der Zahnbürste den hintersten Drittel ab, um ein paar Milligramm Gewicht zu sparen. Ich verzichte darauf. 1 Wäscheklammer mehr oder weniger im Gepäck gleicht das wieder aus...

Taschentücher benötigt man häufig und in den unterschiedlichsten Situationen. Daher sind sie bei mir auf fast alle Taschen verteilt.

Navigation

Ich verwende bewusst das Garmin für die Navigation und nicht das Smartphone. Ich erstelle die Routen in Komoot auf dem grossen PC-Monitor, bearbeite sie bei Bedarf und lade sie als gpx-Track auf das Garmin. Das Handy verwende ich nur in Notfällen für die Orientierung auf Google Maps. Das Garmin dient mir auch, wenn ich – aus welchen Gründen auch immer – mich unterwegs für eine ganz andere Route entscheide oder ein neues Ziel anpeile. Praktisch ist die Funktion «Zurück zum Ausgangspunkt» oder die Möglichkeit «Points of Interest» in der näheren Umgebung aufzuspüren. z.B. Camping-Plätze. Garmin zeigt mir eine Liste von Plätzen mit der Angabe der Himmelsrichtung und der Distanz. Aber Achtung: Diese Distanzangaben scheinen der Luftlinie zu entsprechen und können im Gelände zu bösen Überraschungen führen, z.B. Steigungen, auf die man gegen Abend mental nicht mehr ausgerichtet ist, und eine Fahrdistanz, die sich in der Realität oft als um einiges länger erweist als angegeben.

Routenplanung mit Komoot ist immer wieder für Überraschungen gut. Wenn ich genug Zeit habe, schaue ich mir bei der Planung auf dem PC-Bildschirm die Route im Detail an und nehme bei Bedarf Änderungen vor, bevor ich die Strecke speichere. Ein Klassiker sind «Abkürzungen» in Ortschaften oder in kurvenreicher Routenführung von Autostrassen. Sowohl in der Abfahrt als auch im Aufstieg sind weitgeschwungene Kurven auf der Autostrasse, auf der man sich bereits befindet, schneller und kräftesparender als verwinkelte Gässchen (manchmal sogar mit Fahrverbot!) oder unsinnig steile Stichstrassen.

Rucksack?

Früher habe ich mich immer gesträubt, auf dem Fahrrad einen Rucksack zu tragen, weil er mich zu sehr störte. Dann sind die Schultern noch ein weiterer Körperteil, der Schmerzen kann, wenn man vom Morgen bis zum Abend auf dem Fahrrad sitzt.

Seit ich jedoch mit Bikepacking unterwegs bin, habe ich bis jetzt jedoch nie auf einen Rucksack verzichtet.

Warum? Es gibt viele Gründe, die dafür sprechen: Bikepacking-Taschen sind im Gegensatz zu den klassischen am Gepäckträger oder Lowrider anklickbaren Packtaschen im Handling sehr fummelig und mühsam. Sowohl in Montage/Demontage als auch, wenn man unterwegs etwas daraus benötigt. So bin ich froh, die Dinge, welche ich unterwegs benötige, in schnellem Zugriff zu haben. Das ist v.a. das Essen vom Supermarkt, die Regenjacke und das Solarpanel, das ich mit seiner Dimension möglicherweise anderswo gar nicht unterbringen könnte. Der Rucksack ist sehr flexibel mit dem Platz, den er mir bietet, und hat eine Menge von praktischen Staufächern. Alles hat seinen Platz, während man in Bikepackingtaschen alles einfach nur in den einzigen Packraum reinwurstelt.

Schliesslich ist der Rucksack die Lösung für den Fall, wo das Fahrrad mit der Eisenbahn mitgeführt wird. Die Packtaschen lasse ich am Bike angeschnallt, alles Wichtige und Wertvolle kommt im Rucksack mit mir in den Fahrgastraum. Den Helm kann ich unter dem dafür vorgesehenen Netz am Rucksack montieren.

Der Regenüberzug behält den Rucksack trocken.

Ich gebe hier meine Schwäche zu: Auf Biketouren habe ich immer Angst, mir könnten Essen und Trinken ausgehen. Das führt dazu, dass ich es bei Supermarkt-Besuchen meist nicht schaffe, mich nur mit dem einzudecken, was ich im Augenblick zum sofortigen Verzehr an Verpflegung benötige, sondern meinen Rucksack mit Vorräten fülle. Dann leide ich am Gewicht, das an meinen Schultern hängt.

Ich überlege mir als Alternative zum Rucksack eine grosse Hüfttasche. Solche Hipbags kommen z.Z. gerade in der Mountainbike-Szene gross in Mode. Das wäre sehr viel bequemer zum Fahren. Aber da gibt es ein paar Probleme zu lösen: Wo verstau ich das Solarpanel? Ich habe nichts mehr, wo ich spontan grössere Objekte reinwerfen kann. Bringe ich da alles unter, was ich jetzt im Rucksack habe? Und wie tauglich ist eine Hüfttasche im Dauerregen? Und natürlich müsste ich mein Verpflegungsverhalten ändern...

Powermanagement

Wenn man unabhängig von Hotels oder anderen Unterkünften unterwegs sein möchte, muss man eine Lösung für die Stromversorgung finden. Es gibt 3 mögliche Lösungen: Nabendynamo kombiniert mit einem Pufferakku, Solarpanel oder – sofern man sein Zelt mehrheitlich auf Campingplätzen aufstellt – einen Adapter für die Camping-Platz-Anschlüsse mitnehmen und den Platz mit Strom buchen. Weniger zu empfehlen und mehr Notlösung ist das Laden im Waschraum eines Campingplatzes.

Mit dem Solarpanel lädt man besser die Powerbank und nicht die Geräte direkt, weil erstere mit schwankender Leistung besser umgehen kann. Viele Geräte unterbrechen den Ladeprozess, wenn die gelieferte Spannung zusammenfällt und starten ihn nicht wieder neu, wenn die Spannung wieder gut ist.

Geldbeutel

Ich habe eine Weile gesucht, bis ich einen Geldbeutel aus dickem Stoff gefunden habe, der einerseits leicht ist und andererseits genug kompakte Masse hat, um in der kleinen Tasche am Hüftgurt meines Rucksacks Platz zu finden. Das hat den Vorteil, dass ich den Rucksack nicht ausziehen muss, um an den Geldbeutel zu kommen.

Einen Teil des Geldes und eine zweite Kreditkarte verstau ich an einem andern Ort.