



LEICHT, FLEXIBEL, KOMFORTABEL, AUSDAUERND: 20 LEICHTE WANDERSCHUHE IM TEST

... es geht so leicht!

Manch einer greift im Wanderschuhregal instinktiv zum stabilen Stiefel. Gerade eingefleischte Wanderleut' scheuen immer noch vor den fast sportlich wirkenden, maximal bis zum Knöchel reichenden Varianten der Klassiker. Zu Unrecht? Wir testen es! *Text Timo Dillenberger*

Stellt man sich an einem sonnigen Sonntagmorgen mal eine Zeitlang an den Einstieg einer beliebten Wanderroute, sieht man abgerundet drei Arten von Schuhtypen an sich vorbeiziehen: Den klassischen Wanderstiefel mit hohem Schaft, viel Leder und schützend harter Sohle, den völlig deplatzierten Freizeitslipper oder Absatzschuh in topmoderner Optik und mittlerweile auch ab und zu den leichten Wanderschuh entweder als abgespecktes Stiefelchen oder als sportlich stabilen Halbschuh. Dass weiche Gummi- oder Glattledersohlen genau wie massive Absätze hier nichts verloren haben, merken deren Besitzer leider allzu oft selbst bei der Gelegenheit. Wunde Füße durch zu wenig Halt, dicke Knöchel durch regelmäßiges Umknicken, nasse Füße durch Pfützen und Schweiß und so manche ernste Verletzung durch rutschige Sohlen gehen aufs Konto der „Disco-Treter“.

Treffen der Philosophien

Stunden unsere Testkandidaten nebeneinander im Regal, man würde glauben, das Sortiment sei bunt zusammengewürfelt und der Inhaber habe keinen Wert auf Sortierung gelegt: wildlederne, massiv wirkende Boots neben leichten Schlappchen aus Funktionsfasern, eng geschnürte Schäfte neben einem Drehsystem mit Nylonfäden statt Senkeln, steife und gezwickte Sohlen neben futuristischen „Wolkenprofilen“.

Das bunte Testfeld liegt hauptsächlich an der Geschichte der Hersteller. Bei dieser sich erst etablierenden Gattung von Schuhen fließen zwei oder gar drei Genres ineinander. Da gibt's die Platzhirsche am Berg

wie Meindl, Lowa oder Hanweg, die ihre bewährten Modelle so abgespeckt haben, dass möglichst viel Schutz und Stabilität erhalten bleibt, aber gleichzeitig möglichst viel Gewicht und Bewegungseinschränkung reduziert wird. Marken wie Salomon, Millet oder La Sportiva haben starke Wurzeln im Bereich Trailrunning. Sie versuchen, die Dynamik und Leichtigkeit ihrer Schuhe so weit wie möglich zu erhalten, die Modelle aber gleichzeitig stabil und robust genug zu machen, auch Wanderer und Rucksack in einer Schräge oder auf einem Grat halten zu können. Und dann sind da noch neue, innovative Brands wie Dynafit und besonders On, die das Thema „leichtes Wandern“ sichtbar komplett neu durchdacht haben und auch mal an Grenzen des Sinnvollen gehen.

Ballast oder nicht Ballast?

Mit durchschnittlich 56 Zentimeter pro Schritt (Kletterpassagen nicht gerechnet) erkundet der Hobbywanderer die Natur. Das bedeutet bei einer Tagestour von 30 Kilometern circa 53.300 Schritte. Multipliziert mit zugegeben sehr durchschnittlicher Gewichtersparnis von 400 Gramm pro Paar ergibt das eine unfassbare Reduktion des anzuhebenden Gewichts von etwas über zehn Tonnen für diesen Trip! >>>



Diese Firmen haben am Test teilgenommen. Blau gekennzeichnete haben ein Test-Siegel der Redaktion bekommen.

wanderlust
Top-Tipp

TIPP: LEICHT & STABIL

ASOLO **GRID MID GV**

TIPP: FESTE WEGE

DYNAFIT **SPEED MTN**

TIPP: MITTELGEBIRGE

MEINDL **LITE HIKE GTX**

TIPP: PREIS/LEISTUNG

SALOMON **X ULTRA 4 GTX**

TIPP: NATURWEGE

SALEWA **MOUNTAIN TRAINER LIGHT MID**

TIPP: TRAILS

LOWA **TORO EVO GTX MID**

ON CLOUDRIDGE

BÄR **INNSBRUCK**

SCARPA **MOJITO HIKE GTX**

JACK WOLFSKIN **FORCE STRIKE**

TEXAPORE LOW

LA SPORTIVA **STREAM GTX**

MILLET **HIKE UP LEATHER GTX**

BLACK DIAMOND **MISSION LT**

MCKINLEY **VULCANUS MID AQX**

KEEN **TEMPO FLEX**

VIKING **ANACONDA LIGHT V**

BOA GTX

ALTRA **LONE PEAK MID**

HANWAG **BANKS LOW**

VAUDE **HKG CORE MID STX**

ICEBUG **HAZE RB9X**

Den vollständigen Test finden Sie in der wanderlust Ausgabe 2/2021, die Sie hier nachbestellen können:



Also was kann weg, um Gewicht zu sparen? Laut unserer Allrounderexpertin Susanne (siehe Interview) am ehesten der hohe Schaft. Er fixiert das Untere Sprunggelenk, damit man auch auf stark seitlich abfallenden Untergründen oder Felsnadeln weder umknickt noch die zur Ausrichtung des Fußes nötigen recht kleinen Muskeln bei langen Trips überlastet. Der feste Schaft fixiert leider gleichzeitig auch das Obere Sprunggelenk, das für das Heben und Senken der Fußspitze und damit das Abrollen zuständig ist. Da beide Gelenke direkt übereinander liegen, ist eine isolierte Stützfunktion seitlich nur mit starren Stützen und gut positionierten Scharnieren möglich – schwer umsetzbar bei Wanderschuh.

Ähnlich beim Thema Sohlen: Zwischen Profilsohle und Fußbett liegt bzw. liegen Schichten, die je nach Modell sehr unterschiedlich dick und flexibel sein können. Die Kombination aus Dämpfung, Steifigkeit, Taktilität¹ und Widerstand beim Abrollen ergibt den Großteil des Schuhcharakters. Susanne priorisiert hier klar den Abrollkomfort, der kommt durch Form und Biegsamkeit der Sohle sowie die Sprengung² zustande. Sie liegt bei diesem Schuhtyp meist zwischen null und zehn Millimetern, wird aber im Gegensatz zu Laufschuhen nur von der Hälfte der Hersteller angegeben. Wichtig: Während beim Gehen in der Ebene ein leicht überhöhter Fersenbereich biomechanisch helfen kann, ist er auf steilen Bergabpassagen recht hinderlich.

Neben diesen vielen Grätschen zwischen dieser und jener Eigenschaft bleibt dem Hersteller noch die Qual der Wahl bei den Materialien beim Oberschuh! Klassisches Leder oder ähnliche Materialien sind vor allem eins: zugstabil, und das auch auf lange Sicht hin. Eher textile Rumpfe sind leichter, atmungsaktiver und folgen der Bewegung eher, sie sind aber empfindlicher gegen Beschädigungen und neigen eher mal dazu, nach vielen Kilometern leicht schwammig zu werden. Laut unserer Münchner Expertin sind Halt in der Zehenbox und der Fersenkappe mit die unverzichtbarsten Eigenschaften, es kann also sein, dass man einen ultraleichten Wanderschuh mal eher ersetzen muss!

wanderlust testet

Auch in der letzten Saison gab es schon einen Test mit Wanderschuh der Klassifizierung A bis A/B3. Weil diese schon immer existente Klasse von Schuhen aber so was wie ihren Durchbruch erlebt, haben wir die Modelle damals hauptsächlich auf ihre hervorstechendste Eigenschaft getestet: absolute Leichtigkeit. In diesem Test möchten wir uns eher der Frage widmen: Wer braucht solch ein Modell? Reicht ein Leichter für die Ansprüche schon aus, oder sollte er Ergänzung zu einem festen Stiefel sein? Wir testen also vornehmlich auf Allroundqualitäten, auch wenn natürlich die Bedingung bleibt, dass es ein maximal gerade bis über den Knöchel ragender Schaft und ein Maximalgewicht von 900 Gramm pro Paar geben darf.

Getestet wurde im Mittelgebirge auf festen Wegen, nassen Trampelpfaden, auf Schotter, vielen Treppen, einem Wiesenhang und sogar auf kurzen, felsigen Kletterpassagen. Prinzipiell raten wir nämlich von Schuhen unterhalb Kategorie B/C im Hochgebirge ab. Unsere auch unter Extremen erfahrene Expertin sagt im Interview im übertragenen Sinn auch, dass man auch hohe Berge mit leichten Schuhen schaffen kann, aber man weiß eben vorher nicht genau, was da kommt. Es reicht eine gefährliche Situation, und der Trip geht unglücklich aus!

Was wir an welchem Schuh besonders geschätzt haben und wo vielleicht doch die Grenzen eines Modells lagen, lesen Sie in den Testkästen. Generell scheint aber jeder Testkandidat seine individuelle und recht klar definierte Grenze zu haben, wie schräg, wackelig, matschig, felsig, rutschig oder scharfkantig das Terrain sein darf – gewisse individuelle Vorlieben mal außer Acht gelassen. Wer mit diesem Wissen an die Schuhwahl geht, kann guten Gewissens nach dem Motto verfahren: So wenig wie möglich, so viel wie nötig! <<<

ASOLO – Grid Mid GV

www.asolo.com/de

Preis: 169,95 €
Gewicht: 894 g (43)

Varianten: low cut
Größe Herren: 6–13,5
Größe Damen: 4–9

Obermaterial: Polyester und Microfiber, gummierte Zehenkuppe
Sohle: Zwischensohle aus EVA, Laufsohle: Vibram A Sport mit MegaGrip

wanderlust
Top-Tipp
LEICHT & STABIL



Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●●○○ Grip: ●●●●○

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●●●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 top Gewicht 2 Passform und Sitz 3 wasserdicht und atmungsaktiv

Fazit: Die kleinteilige Schnürung ist, wenn man sich beim An- und Ausziehen Zeit nimmt, genial. Oberschuh und Leisten passten so ausnahmslos jedem Tester. Die EVA-Zwischensohle könnte das Abrollen etwas mehr führen, dämpft aber gut und gibt Feedback. Trotz leichter Materialien robust gegen Wasser und Dreck, sauwettergeeignet!

DYNAFIT – Speed MTN

www.dynafit.com

Preis: 145,00 €
Gewicht: 724 g (43)

Varianten: mit Gore-Tex
Größe Herren: 6–13
Größe Damen: 3–9

Obermaterial: 3D Mesh, Einhandschnürsystem
Sohle: EVA-Midsole, TPU-Schaft mit Fersenkappe und Prallschutz vorne, Pomoca-Profilsohle

wanderlust
Top-Tipp
FESTE WEGE



Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●●○○ Grip: ●●●●○

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●○●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 top Preis 2 kletterfähige Schuhspitze 3 griffige, komfortable Sohle

Fazit: EchterHybrid-Schuh: solide Zehenbox, feste Sohlensegmente vorne und hinten mit beweglicher Verbindung und ultrarutschfestes, profilloses Areal unter Großzehe und Ballen zum Klettern sind Bergschuh-Attribute, dazu gute Dämpfung und luftiger Oberschuh. Für Geübte von Spaziergang bis Klettern einsetzbar, nur nicht auf losem Untergrund.

LOWA - Toro Evo GTX Mid

www.lowa.com



Preis: 180,00 €
Gewicht: 1.146 g (45)

Varianten: low cut
Größe Herren: 6,5-13
Größe Damen: 3,5-9



Obermaterial: Nubuk, Veloursleder, umlaufender Prallschutz **Sohle:** Zwischensohle aus DynaPU, „Multi Trac“-Sohle, extra Stopperzone (Foto)

Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●●●○ Grip: ●●●●○

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●●●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 wertiges Leder
- 2 voll wasserfest
- 3 extra griffiger Fersenbereich

Fazit: Außer durch top Materialien fiel der Lowa in keiner Prüfung besonders auf, aber auch in wirklich nichts negativ: Der hohe Schaft ist nicht so fest wie im Meindl, dafür flexibler, die Sohle nicht so gehfreudig wie im Salomon, dafür haltbarer, Profil weniger griffig, dafür auf Asphalt unauffällig. Ohne absolute Stärke vielleicht der Allrounder.

MEINDL - Lite Hike GTX

www.meindl.de



Preis: 189,90 €
Gewicht: 1.138 g (43)

Varianten: keine
Größe Herren: 6-12
Größe Damen: 3,5-9



Obermaterial: Mesh und Veloursleder, Gore-Membran, umlauf. Gummigürtel **Sohle:** Multigrip G4, EVA-Weichtrittkeil + TPU-Fersenstabilisator

Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●●●● Grip: ●●●●○

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●●●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 Bewegungsfreiheit im Knöchel
- 2 Robustheit
- 3 Schnürsystem

Fazit: In acht Segmenten verbindet der Velours-Oberschuh die tief reichende Schnürung mit der Sohle, das gibt extrem viel Halt bei hoher Beweglichkeit, die gezwickte Sohle biegt sich ebenfalls gut, ist aber mit die torsionssteifste im Test. Obwohl von Meindl „nur“ mit Kat. A eingestuft, ein robuster Alleskönner, nur etwas schwer und warm.

SALEWA - Mountain Trainer light mid

www.salewa.com



Preis: 200,00 €
Gewicht: 1.250 g (45)

Varianten: keine
Größe Herren: 39-47
Größe Damen: 35-43



Obermaterial: 1,6 mm Veloursleder, Gore-Tex Extended Comfort-Membran **Sohle:** Pomoca MTN Trainer Lite, EVA-Zwischen-/Nylon-Innensohle

Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●●○ Grip: ●●●●○

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●●●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 Schnürsystem
- 2 Wasser-/Schmutzresistenz
- 3 Abrollkomfort

Fazit: Der luftige Mesh-Oberbau hält durch ein ausgeklügeltes System an Streben und Drähten den Fuß fest auf der dicken, aber beweglichen Sohle, die vorne zum Zehenschutz hochgezogen ist. Leisten und Schnürung lassen viele Fußformen und Bewegungsgrade zu. Super Allrounder, deckt einen weiten Bereich ab, nur recht warm.

SALOMON - X Ultra 4 GTX

www.salomon.com



Preis: 149,95 €
Gewicht: 846 g (45)

Varianten: keine
Größe Herren: 40-49 1/2
Größe Damen: 36-44



Obermaterial: FKW-freies, synth. Obermaterial, geschweißt, Einhandschnürsystem (Nylon) **Sohle:** OrthoLite-Innensohle, 11 mm Sprengung

Charaktereigenschaften

Sohlensteifigkeit: ●●○ Grip: ●●●●●

Abrollverhalten: ●●●●○ Atmungsaktivität: ●●●●○

Komfort: ●●●●○ Halt im Schuh: ●●●●○

Top-Einsatzgebiet:



Das hat uns besonders gefallen:

- 1 stabiles ADV-C-Chassis
- 2 Kontakt zum Boden
- 3 Hammerpreis

Fazit: Man spürt deutlich das Know-how aus dem Geländelaufsektor! Der Schuh stützt genial das Abrollen und dämpft prima von der Ferse bis zum Ballen, gibt dabei nie das Gefühl von Einschränkung oder Schwammigkeit. Grip und Halt im Schuh sind ebenfalls hervorragend! Klare Ansage mit 11 mm Sprengung: Der will Kilometer machen!