

Oberkörper (Jacke und Pullover)

Optimale Kleidung (aus Sympatex) soll Sie bei Regen trocken und bei Kälte warm halten. Das Problem ist der Schweiß, der als Wasserdampfteilchen nach außen transportiert werden muß. Zur Ihrer Grundausstattung sollte die richtige [Unterwäsche](#), ein [Fleece-Pullover](#) und eine [Regenjacke](#) gehören.

1 2