

## **Unterwäsche**

Hier ist das Material von Bedeutung. Atmungsaktive Synthetikfasern nehmen den Schweiß nicht auf, sondern leiten ihn an die nächste Kleidungsschicht nach außen weiter. Ein Baumwollmaterial dagegen nimmt die Feuchtigkeit wie ein Schwamm auf und trocknet nur sehr langsam am Körper. Die Folge ist, daß der Körper durch die Nässe schnell abkühlt. [zurück](#)