

HAUT-SACHE

FUNKTIONSSHIRTS MÜSSEN AUF TOUR BEINAHE UNMÖGLICHES LEISTEN: BEI KÄLTE WÄRMEN UND BEI WÄRME KÜHMEN. ACHT LANGARM-SHIRTS IM *outdoor*-PRAXISTEST.



Ein bekanntes Problem: Trotz teurer Funktionjacke rinnt beim Gipfelaufstieg der Schweiß in Strömen. Kaum oben angekommen beruhigt sich der Atem, und man fängt an zu bibbern. Für die schöne Aussicht fehlt jetzt die Muße, fröstelnd geht's schnell an den Abstieg. Liegt's an der Jacke? Meist nicht. In der Regel ist die Unterwäsche schuld. Es muss gar nicht einmal das viel zitierte Baumwollhemd sein, das dem Wohlfühlklima den Garaus macht. Auch teure Funktionsshirts leisten nicht immer das, was der Hersteller verspricht. Das zeigt zumindest der *outdoor*-Praxistest von acht Langarmhemden. Zwischen 40 und 90 Euro teuer, sollen sie auf Wander- und Trekkingtouren bei eher kühlen Temperaturen für Wohlfühlklima sorgen. Darüber hinaus versprechen sie seidigen Griff, hohe Bewegungsfreiheit und beste Passform.

Tatsächlich schmeicheln die meisten Hemden mit weichem Hautgefühl und gutem Schnitt. Nur das Vaude-Hemd empfanden die meisten Tester als zu rau, das Mammut als zu wenig elastisch und einengend. Ebenfalls störend: Ein kurzer Schnitt wie bei Marmot – hier wird's schnell kalt an den Nieren. Vorbildlich dagegen: das kuschelig-weiße Woolpowershirt mit langem Rücken.

Das Hemd aus Schweden überzeugt auch beim Klimakomfort: Bis tief in die Frostgrade hält das Wollmischgewebe warm – und transportiert Schweiß fix genug nach außen, um gefürchtete Fröstelattacken in Pausen zu vermeiden. Wird's warm, kühlt das Woolpowermaterial, wenn auch in Maßen. Temperaturen oberhalb von etwa acht Grad Celsius sind die Obergrenze für das Schwedenshirt. Nicht ganz so warm, nicht ganz so weich, aber dennoch sehr empfehlenswert sind Craft Pro Warm sowie Odlo Evolution warm. Beide bieten ausgewogene Klimaeigenschaften und eignen sich für Touren bis circa 15 Grad Celsius. Doch ob Woolpower, Craft oder Odlo: Mit allen dreien können Sie nach dem nächsten flotten Gipfelaufstieg die Aussicht ganz in Ruhe genießen, ohne zu bibbern! **Boris Gnlelka**



1 CRAFT PRO WARM
 Preis: 60 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Material: Polyamid, Polyester, Elasthan
 Sonstiges: –
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Trotz körpernahe Sitz engt das Craft nicht ein. Gut: recht weiches Material und langer Schnitt.
Klima: Erstaunlich warm und recht hoher Kühlungseffekt. Liegt aber nie unangenehm nasskalt auf der Haut.
Fazit: Ein sehr gutes Shirt ohne Schwächen, das vor allem auf Trekkingtouren sowie beim Sport überzeugt.



2 MAMMUT SYMBIOS
 Preis: 70 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Material: Polyester, Wolle (26 %)
 Sonstiges: Öko-Tex-100-zertifiziert
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Sitzt körpernah, ist aber wenig elastisch und engt daher ein. Der weite Ausschnitt stört bei Kälte.
Klima: Die Polyester-Einsätze sorgen an den richtigen Stellen für Kühlung, insgesamt ein mäßig warmes Hemd.
Fazit: Ordentlich klimatisierendes, etwas einengendes Funktionshemd für Wander- und Trekkingtouren.



3 MARMOT MIDWEIGHT ZIP N.
 Preis: 50 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Material: Polyester, Cocoon
 Sonstiges: Öko-Tex-100-zertifiziert
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Weiches, fast leger geschnittenes Shirt, das für ein Funktionshemd zu kurz ausfällt.
Klima: Mäßige Wärmeleistung, starker Kühlungseffekt – der nach Aktivität (in Pausen) schneller abklingen könnte.
Fazit: Preiswertes Shirt, das sich in der Freizeit sehr angenehm trägt, für Touren aber einen zu kurzen Schnitt hat.



4 ODLO EVOLUTION WARM L/S
 Preis: 80 €
 Waschbar: bis 60 °C
 Material: Polyester, Polyamid, Elasthan
 Sonstiges: Öko-Tex-100-zertifiziert
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Liegt eng an, wirft keine Falten und ist schön lang geschnitten. Sehr elastisches, weiches Material.
Klima: Wirkt stark ausgleichend, für breites Temperaturspektrum geeignet. Gut: Kühleffekt klingt in Pausen flott ab.
Fazit: Das Odlo begeistert mit hohem Tragekomfort und lässt sich breit einsetzen – von der Tour bis zum Sport.



5 PATAGONIA CAPILENE 3 ZIP
 Preis: 60 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Material: Polyester (zu 64 % recycelt)
 Sonstiges: Recycling-Programm
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Trägt sich angenehm weich und fast etwas leger. Damenmodell fällt zu kurz und recht weit aus.
Klima: Warmes Hemd mit sehr hohem Kühlungseffekt – der nach Aktivität (in Pausen) flatter abklingen könnte.
Fazit: Das Shirt glänzt mit top Tragekomfort (vor allem die Herrenversion) und eignet sich für Touren aller Art.



6 VAUDE THERMO LS SHIRT
 Preis: 40 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Material: Polyester
 Sonstiges: bluesign-safety-zertifiziert
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Am Rumpf etwas faltig, an den Armen straff sitzendes Hemd aus recht rauem Material. Fällt lang aus.
Klima: Nicht sehr stark wärmendes Modell mit guter Kühlwirkung bei Anstrengung oder Wärme.
Fazit: Preisgünstiges Hemd für Touren aller Art. Das raue Material und die engen Ärmel können jedoch stören.



7 WOOLPOWER HEMD 200
 Preis: 70 €
 Waschbar: bis 60 °C
 Mat.: Wolle, Polyester, Polyamid, Elast.
 Sonstiges: Öko-Tex-100-zertifiziert
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Das kuscheligste Hemd im Test. Sitzt weich und faltenfrei ohne einzuengen. Toll: der extra lange Rücken.
Klima: Extrem warm, dennoch kühlt es bei Wärme oder Anstrengung. Trocknet sehr fix und klebt nie nass auf der Haut.
Fazit: Das Woolpower bietet den besten Tragekomfort im Test! Perfekt für Wander- und Trekkingtouren bei Kälte.



8 X-BIONIC ENERGY ACCUM.
 Preis: 90 €
 Waschbar: bis 40 °C
 Mat.: Polyamid, Elasthan, Polypropylen
 Sonstiges: –
 Einsatzbereich: -20 °C 0 °C +20 °C
Tragekomfort: Trägt sich weich, aber sehr straff. Herrenmodell mit kurzem Rücken, der öfter aus der Hose rutscht.
Klima: Top. Wirkt stark klimaregulierend und lässt sich bei fast jeder Temperatur einsetzen. Klebt nie nass auf der Haut.
Fazit: Teures Shirt für Leute, die der straffe Sitz und kurze Schnitt nicht stört. Ideal für sportlich-flotte Touren.