

# Funktionsunterwäsche

Beitrag von „stuempf“ vom 2. Januar 2006 um 22:03



Ich möchte euch einfach mal was über Funktionsunterwäsche erzählen, damit ihr nicht \*

Vor allem wenn man Draußen körperlich aktiv ist wie z.B. Wandern, Klettern, Scheeschuhlaufen, Ski-Wandern o.ä. lässt es sich nicht vermeiden daß man ins Schwitzen kommt.

Inzwischen hat man atmungsaktive Jacken, Hosen und Schuhe, sodaß der entstehende Wasserdampf entweichen kann.

Wenn ich aber unter meinem Fleecepulli und meiner atmungsaktiven Jacke ein Baumwoll T-Shirt trage bremsen die Fähigkeiten meiner atmungsaktiven Kleidungsstücke massiv aus. Denn das T-shirt saugt den Schweiß auf und speichert ihn. Wenn ich dann in einer Ruhepause abkühle, wird meine Haut kalt. Kalter Schweiß dampft aber nicht und kann nicht durch die Membranen meiner Kleidung entweichen und viel schlimmer noch, mein Körper kühlt aus.

Oft sind Erkältungen die Folge.

Funktionsunterwäsche übernimmt die Aufgabe die Feuchtigkeit optimal abzutransportieren bereits ab der Haut. Dazu saugt sie zwar den Schweiß auf, gibt ihn aber auf der anderen Seite wieder ab, wie eine Badehose die schneller trocknet als ein Woll-Pulli. :p

Dadurch kühlt der Körper nicht aus, und die Membranen der oberen Schichten können den Wasserdampf optimal abgeben... 

Und das gilt für den Oberkörper (T-Shirt, langarm-Shirt) genauso wie für untenrum (Slip, lange Unterhose) und natürlich die Socken (die auch im Sommer durchaus dick sein dürfen).

Selbst im Herbst wenn es noch nicht kalt ist, kann es sinnvoll sein, unter dem Fleecepulli ein langärmeliges Funktions-Shirt zu haben, denn das transportiert den Schweiß an den Armen besser ab, als das Fleece, welches direkt auf der Haut aufliegt....

Wir haben bei unseren Schneeschuhtouren sehr gute Erfahrungen gemacht mit der Funktionsunterwäsche der Globetrotter Hausmarke FourSeasons. Die haben zwei Linien: eine Light Variante (dünner) für optimalen Schweißtransport und eine Classic Line, welche dicker ist und eine höhere Wärmeleistung bietet.

Preislich ist Funktionsunterwäsche nur vergleichbar mit teuren Dessous der holden Weiblichkeit, aber es lohnt sich. Probiert es aus.

Und nicht vergessen, immer wie eine Zwiebel anziehen 

Viel Spaß euer Stuempf