

**DMAX**<sup>TM</sup>



**SURVIVAL**  
**[FÜR ECHTE KERLE]**  
**GUIDE**

**DAS ULTIMATIVE OUTDOOR-HANDBUCH VON JOE VOGEL**



# IMPRESSUM

**Einbandgestaltung:** Patricia Braun

**Bildnachweis:** Alle Bilder und Illustrationen in diesem Buch stammen – wenn nicht anders vermerkt – vom Verfasser bzw. von Patricia Braun Konzeption & Gestaltung, [www.patriciabraun.de](http://www.patriciabraun.de)

Eine Haftung des Autors oder des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

**ISBN 978-3-613-31049-0**

Copyright © by Verlag pietsch, Postfach 103743, 70032 Stuttgart. Ein Unternehmen der Paul Pietsch-Verlage GmbH & Co. KG

2. Auflage 2015

© 2014 & ™ Discovery Communications, LLC. DMAX and associated logos are the trade marks of Discovery Communications, LLC. Used under license. All rights reserved.

**Sie finden uns im Internet unter**  
**[www.pietsch-verlag.de](http://www.pietsch-verlag.de)**

Nachdruck, auch einzelner Teile, ist verboten. Das Urheberrecht und sämtliche weiteren Rechte sind dem Verlag vorbehalten. Übersetzung, Speicherung, Vervielfältigung und Verbreitung einschließlich Übernahme auf elektronische Datenträger wie DVD, CD-ROM usw. sowie Einspeicherung in elektronische Medien wie Internet usw. ist ohne vorherige Genehmigung des Verlages unzulässig und strafbar.

**Lektorat:** Susanne Fischer

**Innengestaltung:** Patricia Braun Konzeption & Gestaltung, [www.patriciabraun.de](http://www.patriciabraun.de)

**HINWEIS:** Das Töten wildlebender Tiere ist vom Gesetzgeber streng reglementiert. Die Anleitungen zum Fang und Fallenbau können ohne Tier geübt, dürfen an Tieren jedoch nur im rechtfertigenden Notstand angewandt werden.

*Schone und schütze alle Lebewesen, die Du nicht zum Leben oder für das Training benötigst. Sei Dir immer Deiner Verantwortung bewusst, die Dir mit dem hier beschriebenen Wissen anvertraut wird.*

# LEGENDE

## AUF EINEN BLICK

Für jede wichtige Survivalsituation findest Du in diesem Buch das notwendige Wissen und die grundlegenden Techniken – mit Kürzel und Nummerierung versehen. So meisterst Du garantiert jede Herausforderung.

**F**EUER

**W**ASSER

**S**HELTER

**N**OTNAHRUNG

**M**EDIZIN

**A**USRÜSTUNG

**K**NOW-HOW/SKILLS

## KAPITELÜBERGREIFENDE THEMEN



**KNOTEN**



**NAVIGATION**

# INHALTSVERZEICHNIS

**WARUM SURVIVAL?** VORWORT VON JOE VOGEL **04**

 **SURVIVAL BASICS 06**

- AUSRÜSTUNG **08**

- KNOW-HOW/SKILLS **22**

 **ÜBERLEBEN IM WALD 42**

 **ÜBERLEBEN IM GEBIRGE 68**

 **ÜBERLEBEN IN EIS+SCHNEE 92**

 **ÜBERLEBEN IM/AM WASSER 112**

 **ÜBERLEBEN IM DSCHUNGEL 140**

 **ÜBERLEBEN IM OUTBACK 172**

 **ÜBERLEBEN IN DER WÜSTE 194**

 **ÜBERLEBEN ALS TRAPPER 218**

**ANHANG 250**

STICHWORTVERZEICHNIS | WEITERFÜHRENDE INFOS & PRODUKTE | DANK

---

# WARUM SURVIVAL?

---



**E**s mag Menschen geben, die Survival, die Kunst draußen autark zu leben und zu überleben, als Anachronismus ansehen. Wasser kommt doch aus der städtischen Leitung, Strom aus der Steckdose und die Supermarktregale sind immer gefüllt. Selbst bei einem Großereignis – Überflutung, Stromausfall, Schneesturm – sind wir in Mitteleuropa gut aufgestellt. THW, Feuerwehr und nicht zuletzt riesige Lebensmittelspeicher sichern die Bevölkerung gut ab.

Anders sieht es aber aus, wenn wir die heimischen Gefilde zum Trekking nach Sibirien, für eine Safari nach Afrika oder eine Angeltour an die abgelegenen Flüsse Australiens verlassen. An solchen Orten – »in der Wildnis« – kann der Verlust der Ausrüstung, eine Autopanne oder das Kentern mit einem Mietboot schnell zur Folge haben, dass man sich in einer Survivalsituation wiederfindet.

Genau hier setzt dieses Buch an.

Das Survivaltraining im heimischen Wald ist eine spannende, erfüllende und anspruchsvolle Aufgabe: während Du am Feierabend den Tag beim sportlichen Feuerbohren, Grillen, Schnitzen oder dem Sammeln von essbaren Wildpflanzen ausklingen lässt, bereitest Du Dich für den Notfall vor, bei dem benötigte Hilfsmittel und Ressourcen nicht zur Verfügung stehen.

Das Wissen um Nahrung, Köder, Knoten und Pflanzen wird Dir **immer** einen Vorteil bringen, ob Du nun Trekker, Geocacher, Bergwanderer, Angler, Individual- oder »normaler« Urlaubsreisender bist. Vieles mit bloßen Händen, minimaler Ausrüstung und Deiner Erfahrung durchführen zu können gibt Selbstsicherheit und eröffnet Dir bei der Wahl Deiner Reiseziele neue Wege.

Wenn Du Dich dann das erste Mal im Dschungel oder im Wald nach einem selbst gesammelten Abendessen in Deine Notunterkunft zurückziehst, den Tieren im Wald zuhörst und in den Sternenhimmel blickst, wirst Du verstehen, dass dies nur **mit der Natur** und nicht »vs. Wild« funktionieren kann.

Es wäre ein ungleicher Kampf.

Bei der **Arbeit mit der Natur**, einer für Dich vielleicht neuen Aufgabe, wünsche ich Dir viel Erfolg.

Dein Joe Vogel



---

**D**u wirst in Büchern und im Internet eine unüberschaubare Anzahl von Survivaltechniken und Anleitungen für die unterschiedlichsten Situationen finden. Ich möchte es hier etwas übersichtlicher halten. Die Einübung realistischer Techniken mit möglichst geringer Ausrüstung ermöglicht es Dir, im Notfall vieles ohne Anleitung zu improvisieren. Die wichtigsten Basics für den Anfang findest Du im folgenden Kapitel.

---



# SURVIVAL BASICS



# BASICS: AUSRÜSTUNG







**D**ie Frage nach geeigneter Survivalausrüstung ist ein klassisches Paradoxon. »Survival« ist das Bestreben (im Notfall der Zwang), mit möglichst wenig Ausrüstung zu überleben. In einer Situation, in der man unerwartet in den Überlebenskampf geraten oder das Reisegepäck verloren gegangen ist. Dennoch wäre es vermessen anzunehmen, dass es für den Einsteiger möglich ist, »ohne alles« draußen zu überleben. Deshalb werden in diesem Abschnitt die wichtigsten Ausrüstungsgegenstände vorgestellt – verbunden mit der Absichtserklärung, im Laufe des Trainings nach und nach auf diese zu verzichten und sie nur noch als Backup mitzuführen. Statt Zelt und Schlafsack zu verwenden, wird bald ein Shelter gebaut. Auf Feuerzeug und Messer kann man verzichten, wenn man gelernt hat, mit Steinen zu schneiden und Feuer zu bohren; der Proviant wird mit jedem Training verringert, um selbst essbare Wildpflanzen und -tiere zu erbeuten.

Eine Ausrüstung für das Survivaltraining unterscheidet sich von gewöhnlicher Camping- oder Trekkingausrüstung, da sie beispielsweise robuster sein muss oder Funkenschlag überstehen soll.

**Hier stelle ich Survivalpakete und Ausrüstung vor, die im Training verwendet werden können.**

# A1 DAS RICHTIGE MESSER

Wenn Du 10 Personen nach dem richtigen Messer fragst, wirst Du 10 unterschiedliche Antworten bekommen.

## Das richtige Messer, gibt es dies überhaupt?

Meiner Meinung nach: ja, aber nicht in der Weise, in der das »richtige Messer« in manchen Outdoorforen und in Artikeln beschrieben wird. Das beste Messer ist genau jenes, das Du im Notfall und beim Training zur Hand hast; egal ob abgebrochenes Küchenmesser, Klappmesser oder Feuersteinklinge.

Es ist nicht das polierte Stück in der Glasvitrine, das zu wertvoll für den Einsatz ist, sondern jenes, mit dem Du geübt bist und das zu Deiner Handgröße und Erfahrung passt. Survivalmesser werden in aller Regel viel zu groß gewählt.

Natürlich lässt sich mit einer guten Machete all jenes herstellen und bauen, was man mit einem kleinen Messer auch kann. Ein kleines Messer ist jedoch im Notfall eher am Mann, und vor allem benötigst Du bei der Arbeit mit einer großen Klinge viel mehr Übung als mit einem kleinen Messer. Es hilft beispielsweise wenig, wenn Du mit einem wuchtigen Kampfmesser Holz spaltest, jedoch keinen Feuerbohrer bauen kannst, da letzteres sehr präzises Schnitzen erfordert.

Du solltest Dir also ein »tragbares« Messer besorgen und mit diesem regelmäßig üben.

Klingenform, Schliff und dergleichen sind letztendlich Geschmackssache. Dennoch gibt es einige »Neuerungen« der letzten Jahre, die wenig nützlich sind. Serrations, also

eine Sägezahnung, haben keinen praktischen Vorteil, sondern stören oft beim Arbeiten, und fast zentimeterdicke »Wilderness-Survival-Knives« eignen sich weder anständig zum Hacken noch zum Schneiden.

Klassische Messer mit abgerundetem Griff und nicht zu langer, aber sehr scharfer Klinge sind für die meisten Techniken noch immer die beste Wahl. Sie werden seit Jahrhunderten von Praktikern weltweit eingesetzt.

Auf folgende Eigenschaften lege ich persönlich Wert:

Öse zum Befestigen einer Fangschnur. ▼

Ein runder und glatter Griff mit Mulden ermöglicht ermüdungsfreies und sicheres Arbeiten. ▲

Ein einfacher Schliff und eine Schleifkerbe vereinfachen das Schärfen im Feld. ▲

Griffnah hat der Messerrücken eine Riffelung zur sicheren Daumenauflage. ▲

Das vordere Drittel des Messers besitzt eine scharfe Kante zum Reiben des Feuerstahls und zum Schälen von Wurzeln. ▼





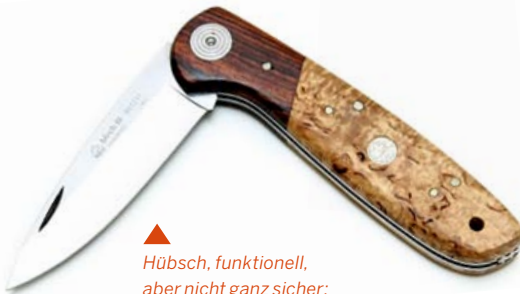
◀ **Edel:** Ein altes Feuer-schlagmesser mit Säge, Schlagkante und brauchbarer Klinge.



▲ **Immer dabei:** Wer mit kleinen Messern geübt ist, kann solche immer mit sich führen. Sie sind leicht und stören kaum.



▲ **Ein typisches Einsteigermesser:** Robuste Klinge, die gut geschärft werden kann. Griff und Scheide sind aus leicht zu reinigendem Kunststoff.



▲ **Hübsch, funktionell, aber nicht ganz sicher:** Klingen sollten im aufgeklappten Zustand gesichert werden können.

▲ **Einfaches Winzermesser:** Mit Kohlenstoffklinge, die gesichert werden kann.



▲ **Kann alles, aber nichts richtig:** Solche Werkzeugbatterien liegen schlecht in der Hand und wiegen viel.

# A2 DAS OPTIMAL ZUSAMMENGESTELLTE SURVIVALKIT

Das Survivalkit ist die Ausrüstung, die immer am Körper bleiben muss, wenn Du auf einer Reise bist. Verlierst Du die Ausrüstung, hast Du immer noch das Survivalkit.

Generell gilt: Je geübter Du bist, desto kleiner kann das Survivalkit sein – und je kleiner das Survivalkit ist, desto wahrscheinlicher hast Du es auch im Notfall dabei.

Wenn Du einen ganzen Rucksack zum Entzünden eines Feuers, zum Bau der Notunterkunft und zum Aufbereiten von Wasser sowie Notproviant zum Essen mitnehmen musst, ist es wahrscheinlicher, diesen zu verlieren, als Mikrosurvivalkits am Schlüsselbund oder ein kleines Messer. **Je mehr Survival Du also im Kopf hast, desto weniger Kit brauchst Du am Körper.**

Kommerzielle Survivalkits sollten auf jeden Fall auf das eigene Wissen und die Erfahrung angepasst und erweitert oder verkleinert werden. Wichtig ist generell: Das Survivalkit ist auch Dein Übungsgerät. Wer die Survivaldose erst im Notfall zum ersten Mal öffnet, hat schlechte Karten!

## CHECKLISTE WAS GEHÖRT INS SURVIVALKIT?

- Zum Feuermachen: Feuerstahl oder Feuerzeug oder Streichhölzer
- Ein scharfes Messer
- Angelleine mit Haken
- Rettungsdecke
- Signalpfeife
- Signalspiegel
- Kompass
- Kondom (immer lebensrettend)
- Draht
- Stabile Leine
- Nadeln
- Skalpell oder Rasierklinge
- Rauchpatronen
- Wasserentkeimungstabletten
- Geld
- Verbandmaterial
- Taschen- oder Stirnlampe

**SURVIVALDOSE** Wer es einfach mag, kann auch auf fertige Survivaldosen bzw. Survivalkits zurückgreifen. Aufgrund ihres Gewichts sind solche Behältnisse nur im Rucksack sinnvoll zu transportieren – oder sie können für Unfälle, Pannen etc. im Fahrzeug gelagert werden. Insbesondere für längere Exkursionen solltest Du Dein Survivalkit individuell mit Profitools ausstatten und ergänzen. Achte darauf, dass das Material qualitativ hochwertig ist, und tausche es nach dem Üben aus, wenn es verschlissen ist.

**SURVIVAL-POUCH** In eine wasserfest verschließbare Tasche werden die wichtigsten Werkzeuge und etwas Geld gepackt. Das können sein: Paracord, Pfeife, Knopfkompass, Kondom, Flintstein, Messer, eine kleine Lampe und so weiter. Die Tasche sollte jedoch nur so schwer sein, dass sie noch gut umgehängt oder in der Hosentasche transportiert werden kann. Außerdem ist aus Platzgründen darauf zu achten, dass mehrfach verwendbare Werkzeuge nur einmal eingepackt werden: jeweils nur ein Feuerzeug, ein Messer usw.

**MINI-SURVIVALKIT** Kleine wasserdichte Kapseln, die am Schlüsselbund befestigt werden können, sind ideal als Survivalkit geeignet. Vor allem für Fernreisen, bei denen die gesamte Ausrüstung verloren gehen oder geklaut werden kann, ist es die Absicherung, um gesund wieder nach Hause zu kommen. Darin enthalten: Eine seitlich kleingefeilte Micro-SD-Karte mit allen Reisedokumenten, Geburtsurkunde etc. Mindestens 100 \$ bzw. der entsprechende Betrag in Landeswährung. Ein Alleszünder zum Feuermachen. Angelhaken zum Fang von kleinen Fischen, Vögeln etc. Ein Skalpell als Werkzeug zum Zerschneiden von Leinen, zum Bau von Werkzeugen und Fallen. Wasserentkeimungstabletten.

**MIKRO-SURVIVALKIT** Das allerkleinste Survivalkit besteht nur aus Deinem Wissen und Deinen Händen. **Manche sagen sogar: mehr als ein Messer ist Camping.** Da ein Messer draußen sowieso oft dabei ist, kannst Du das als »Standardkit« ansehen. Brauchst Du noch ein Feuerzeug zum Feuermachen, musst Du mehr üben.

**Survivaldose:** Mit dem Inhalt von kommerziell gepackten Survivalkits solltest Du vor dem Notfall üben und den Inhalt auf Deine Bedürfnisse anpassen.



**Survival-Pouch:** Klein genug und alles drin, was benötigt wird.



**Mini-Survivalkit:** Nur für Profis: Mit diesem Kit kannst Du alles machen, wenn Du genügend geübt hast.



# A3 GADGETS IM DETAIL

Eine kleine Auswahl von Gegenständen, die Dir das Leben draußen erleichtern und beim Training eine große Hilfe sind:



▲ **Steinschleuder:**  
Zur Jagd auf Kleintiere.



▲ **Kompass:** Zeigt Dir immer den Weg. Unbedingt in Verbindung mit einer guten Trekingkarte!

**Lampe:** Hilft Dir nach Eintritt der Dunkelheit beim Lagerbau und Tierfang.



▲ **Überlebensration:** Hält Dich fit, bis Du genügend Nahrung gesammelt hast.



**Signalraketen:** Damit kannst Du Dich im Notfall bemerkbar machen.



▲ **Rettingsdecke:** Die reflektierende dünne Folie schützt Dich vor dem Auskühlen.



▲ **Kondome und Skalpell:** Ausrüstung für den Geldbeutel.

▲ **Poncho:** Ein leichtes Regencap wird auch bei gutem Wetter immer eingepackt.



▲ **Biwakzelt:** Wenn Dir der Regensturm nachts die Laubhütte zerlegt hat.



# A4 UNTERKUNFT TO GO

Besonders zeitaufwändig ist beim Survivaltraining und auf Touren der Bau einer Notunterkunft. Diese Arbeit kann mehrere Stunden in Anspruch nehmen. Verantwortlich hierfür ist das Sammeln von Baumaterial – Holz, Laub, Reisig und so weiter.

Wenn Du im Training oder bei einer anspruchsvollen Trekkingtour die eigene Unterkunft jeden Abend neu bauen möchtest, geht viel Zeit für andere wichtige Dinge verloren. Natürlich solltest Du dennoch wissen, wie eine Notunterkunft improvisiert wird (→ **Debris Hut**), und das auch regelmäßig üben. Gleichwohl sollte vor allem zu Beginn immer eine leichte und der Umgebung angepasste Unterkunft in Form eines Zelts, Tarps oder Biwakzelts nebst geeignetem Schlafsack mitgeführt werden.

*Selbstaufblasbare Matten oder Luftmatratzen:*  
Bequem, aber schwer und empfindlich.



*Schaumstoffisomatten:*  
Unkaputtbar, dafür bieten sie etwas weniger Komfort.



*Tarp: ist Regenschutz und Sonnendach in einem.*



**TARP** Wie sinnvoll das Mitführen eines Tarps ist, ist von der Umgebung und den zu erwartenden Witterungsverhältnissen abhängig. In Wüste und Outback können Tarps als Schattengeber, im Wald, im Regenwald und beim Grillen können sie als Regendach eingesetzt werden. Du kannst sie auch aus einer Rettungsdecke oder einem Poncho improvisieren. In den Bergen und bei sehr niedrigen Temperaturen und Sturm sind sie jedoch weniger geeignet.

**SCHLAFSACK** Schlafsäcke gibt es in verschiedenen Größen und Wärmegraden. Hier gilt: Daune ist zwar deutlich wärmer als eine vergleichbare Menge Kunstfaser (Hollowfiber und ähnliche), klumpt dafür aber bei Feuchtigkeit zusammen. Deshalb ist in den Tropen und bei Übungen, die im Matsch stattfinden, Kunstfaser die bessere Wahl. In Wüste, Schnee und Eis sowie in den Bergen wird dagegen meist auf Daunenschlafsäcke zurückgegriffen.

**ISOMATTE** Beim Schlafen auf dem Boden geht viel Wärme verloren, wenn die Liegefläche nicht isoliert ist. Hier macht es unbedingt Sinn, sich eine → **Feldmatratze** zu bauen oder eine Isomatte mitzuführen.

*Schlafsack:*  
Eine wärmende Isolations-schicht, die weit genug geschnitten sein sollte.



## A5 MY TENT IS MY CASTLE

**Für die gesamte Zeit, in der Du beim Trekken unterwegs bist, wird Dein Zelt die sicherste Unterkunft sein.** Deshalb macht es keinen Sinn, an diesem wichtigen Ausrüstungsgegenstand zu sparen. Ein Zelt besteht meist aus Außen- und Innenzelt, nur besonders leichte Zelte und →**Biwaksäcke** haben bloß eine Schicht. Da Zelte wasserfest sind, sollten sie immer gut gelüftet werden, da es sonst von den Wänden tropft.

Welches Zelt Du wählst, ist davon abhängig, wohin Du reist. Im Gebirge sind leichte, aber sturmfeste geodätische Zelte mit dicht verschließbarem Innenzelt, vielen Abspannleinen und zuklappbaren Lüftungsöffnungen im Einsatz, bei Reisen durch Wüsten und Steppen verwendet man oft ein Moskitoinnenzelt mit regenfestem Überwurf und in schneereichen Regionen sind geräumige Tunnelzelte mit Vorzelt groß genug, um darin Schneeschuhe, Pulka und Rucksäcke zu verstauen. Das Außenzelt besteht oft aus PU-beschichtetem Gewebe, bei hochwertigen Zelten auch aus silikonisiertem Nylon. Gestänge sind heute meist aus Aluminium und nur noch selten aus Fieberglas.

Billige Kuppelzelte sind gerade noch gut genug für ein verregnetes Wochenende bei einem Rock-Festival. Nimmst Du dennoch ein solches Zelt mit in die Wildnis, solltest Du das Bauen eines →**Shelters** gut geübt haben.





# A6 RUCKSÄCKE UND TASCHEN

Wenn Du draußen unterwegs bist, hast Du je nach Trainingsstand und Reiseort einiges dabei. Von der Unterkunft als Backup bis zum Schlafsack für Minusgrade. Es muss aber nicht immer ein großer Rucksack sein. Oft reicht eine einfache Gürteltasche oder ein kleines Tragesystem. Ideal ist es natürlich, wenn alles, was Du benötigst, in der Kleidung verstaut werden kann.

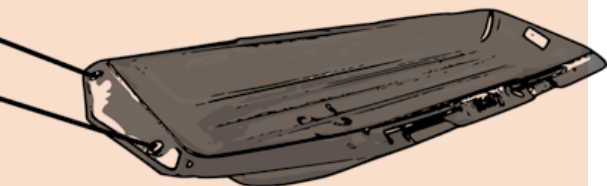


▶ **Rucksack:** Für eine gesamte Trekkingausrüstung.



◀ **Tragesystem:** Hier findet Dein Survivalmaterial fürs Training genügend Platz.

▼ **Schlitten:** Eine Pulka ist vor allem bei Schnee und Eis von Vorteil.



# A7 SCHUHE, STIEFEL, SOCKEN

Einer der Ausrüstungsgegenstände, die Du in aller Regel dabei hast – egal ob bei Survivaltouren oder während einer Trekkingreise – sind Stiefel bzw. Trekkingschuhe.

Hier gibt es verschiedene Ausführungen, die von Dutzenden Herstellern produziert und vertrieben werden. Die wichtigsten Grundformen seien hier kurz umrissen.

Fast ebenso wichtig wie das richtige Schuhwerk ist natürlich ein Extrapaar gute Socken.

▶ **Moderne Trekkingsocken:** Sind leicht, trocknen schnell und schmiegen sich gut an den Fuß an. Sie sind vor allem für moderate Temperaturen geeignet.



▶ **Neoprensocken:** Wenn Du nicht abschätzen kannst, ob die Reise im feuchten Morast enden wird, packst Du ein Paar wasserdichte Socken ein. Diese gibt es auch mit atmungsaktiver »Biomembran«. Damit wird aus einem Straßenschuh ein Gummistiefel.



▶ **Schafwollsocken:** Werden nie alt – gute gestrickte Schafwollsocken können in puncto Wärme, Komfort und Fußklima kaum geschlagen werden. Sie sind die richtige Wahl, wenn es kälter wird.



▶ **Bergstiefel:** Sitzt fest und muss gut eingelaufen werden.



▶ **Tropenstiefel:** Speziell konstruiert, um Staunässe zu vermeiden.



**BERGSTIEFEL** lassen sich fest binden und müssen gut am Fuß sitzen. Neben einem Geröllschutz und der Möglichkeit, Steigeisen zu befestigen, ist die starre Sohle ein typisches Merkmal. Alpenschuhe sind in den Bergen unschlagbar, in der Ebene gibt es oft bequemere Alternativen.

**TROPENSTIEFEL** In Regionen, in denen es giftige und beißende Tiere gibt, sind über den Knöchel gehende Stiefel immer praktisch. Tropenstiefel haben außerdem eine angenähte Zunge (gegen Blut-egel), sehr rutschfeste Sohlen und sind wasserabweisend – haben aber oft eine »Abflussöffnung«, aus der eingedrungenes Wasser ablaufen kann.

▶ **Gummistiefel:** Notwendig, wenn Du durch Wasser waten musst.



**GUMMISTIEFEL** In feuchten Regionen und beim Wandern am Wasser werden oft Gummistiefel getragen. Sie sind absolut wasserdicht und können in Verbindung mit Socken auch bei kälteren Temperaturen eingesetzt werden. Langes Laufen ist mit ihnen übrigens kein Problem. Abends sollten sie gelüftet und getrocknet werden.

▶ **Wüstenstiefel:** Können zur Kühlung mit Wasser benetzt werden.



**WÜSTENSTIEFEL** In der Wüste kommt es oft vor, dass man beim Laufen im weichen Sand versinkt. Dringt dabei Sand in den Schuh ein, kommt es zu Blasen und Scheuerstellen. Im Gegensatz zu Tropenstiefeln sind Wüstenstiefel meist aus einem leichten Baumwollgewebe, das Feuchtigkeit aufnimmt und durch Verdunstung die Füße kühlt.

▶ **Lederstiefel:** Schuhe aus dickem Naturleder sind viel robuster als die Kunststoffvariante.



**STIEFEL FÜR DEN WALD** Hohe und sehr robuste Stiefel aus Leder sind Klassiker und können in waldigen Regionen das Umknicken und Abrutschen und damit Verletzungen verhindern. Vor allem, wenn mit Beil oder Axt gearbeitet wird, bieten solche Stiefel eine (gewisse) Zusatzsicherheit, sollte man doch mal abrutschen.

# A8 WASSERFILTER UND WASSERREINIGUNGSTABLETTEN

Unterwegs musst Du Dich auf jeden Fall mit Wasser versorgen. Wenn es schlecht läuft, kann es sein, dass Du nur einen schmutzigen Tümpel findest. Zwar gibt es sichere improvisierte Aufbereitungsmethoden, aber wenn Du am Tag einige Kilometer vorankommen möchtest, sind Wasserentkeimungswerkzeuge von großem Vorteil.



◀ **Wasserentkeimungstabletten** (z.B. *Micro-pur forte*): Sollten in keinem Survivalkit fehlen. Mit ihnen können kleine Mengen Trinkwasser sicher entkeimt werden.

**Einfache Wasserfilter:** Machen aus jeder Pfütze trinkbares Wasser.



# A9 FEUERSTARTER – LET IT BURN!

Als Backup sind einfache Feuerzeuge immer hilfreich. Hier gilt: Bei allem, was mit Gas oder Benzin funktioniert, besteht die Gefahr von Funktionsfehlern. Gas aus Gasfeuerzeugen kann austreten, wenn der Hebel gedrückt wird, der Zündstein kann sich abnutzen, Piezozünder funktionieren in Feuchtigkeit nicht mehr. Benzin ist oft innerhalb weniger Tage aus dem normalen Sturmfeuerzeug verdunstet. Die folgenden sind dagegen brauchbare Survivalfeuerzeuge:

◀ **Wasserdicht verpackte Streichhölzer:** Zündhölzer sind immer noch Klassiker zum Entzünden. Du solltest ein paar Sturmstreichhölzer und ein paar Exemplare mit normalem Zündkopf in einer wasserfesten Dose transportieren.

◀ **Funkenstahl:** Funktioniert immer – auch wenn Du ins Wasser gefallen bist und alles durchnässt ist. Du musst aber üben, feinsten Zunder aus Holz zu schnitzen, um damit eine Flamme zu entzünden – oder ein Wattepad mit Wachs mitführen.

**Magnesiumstarter:** Hat immer Zunder dabei. Das Magnesium vom Block wird als Zunder abgeschabt und mit dem eingelassenen Funkenstab entzündet. Brennt extrem heiß und entzündet feines Holz zuverlässig.



# A10 KOCHER AUF REISEN

Um in Extremsituationen und in Gegenden mit wenig oder keinem natürlichen Brennstoff Wasser erhitzen und Nahrung zubereiten zu können, sind Kocher sehr hilfreiche Geräte. Auch wenn es das Ziel ist, auf dem Feuer zu kochen, ist ein kleines »Backup-Gerät« im Rucksack eine wertvolle Hilfe, wenn man noch nicht in der Lage ist, bei strömendem Regen ein Kochfeuer zu entzünden.

**Wir unterteilen grob in Gas-, Benzin- sowie Holzkocher.**

**HOLZKOCHER (HOBO OVEN)** werden mit natürlichen Brennstoffen betrieben. Diese Metallboxen sind praktisch mobile Feuerstellen. Durch die Bauweise wird ein Kamineffekt erzeugt – die Hitze wird punktuell abgegeben. Deshalb ist die Verbrennung darin sehr viel effizienter als in einem Lagerfeuer. Geeignet vor allem für Regionen, in denen es wenig Brennholz gibt oder ein offenes Feuer am Boden zu → **Buschbränden** führen kann.

**GASKOCHER** werden mit einer Gasmischung betrieben, die es in Schraub- oder Drehkartuschen zu kaufen gibt. Die Verbrennung läuft leise, effizient und sauber. Je nach Regionen kann es aber zu Engpässen bei geeigneten Kartuschen kommen. Deshalb ist ein Stechkartuschenadapter sinnvoll. Gaskocher werden vor allem im Gebirge verwendet.

**MEHRSTOFFKOCHER** brennen mit allen erdölbasierten Brennstoffen wie Diesel, Kerosin, Benzin oder Lampenöl. Besonders bei Reisen in schneereichen Regionen und in Wüsten sind diese Kocher eine große Hilfe, da der benötigte Brennstoff sehr sparsam verbrennt und günstig überall zu erhalten ist bzw. oft sowie so im Fahrzeug mitgeführt wird.



◀ **Holzkocher:**  
Mit Hobokochern kannst Du kochen, wenn nur wenig Brennmaterial zur Verfügung steht.



▶ **Gaskocher:**  
Brennt sauber und geruchsfrei. Besonders in den Bergen ist ein Gaskocher sinnvoll.




▶ **Mehrstoffkocher:**  
Kostengünstiger Betrieb und Brennstoff weltweit: Benzin, Diesel und Lampenöl.



# BASICS: KNOW-HOW/SKILLS





**A**lles, was Du draußen machst, muss geübt werden. Vom einfachen Rucksackpacken bis zum Entzünden des Feuers mit einem Streichholz. Je weniger Ausrüstung Dir zur Verfügung steht, desto wichtiger sind Deine Fertigkeiten, Alternativen zu finden oder entsprechende Werkzeuge herzustellen.

In diesem Teil soll es erst einmal um die Grundlagen gehen. Spezielle Techniken und Fertigkeiten sind auf entsprechende Anwendungsgebiete aufgeteilt – das heißt aber nicht, dass sie nicht auch in anderen Gebieten angewendet werden können.

Am besten überlegst Du Dir immer ein eigenes Szenario, sammelst Dir aus den einzelnen Kapiteln die entsprechenden Anleitungen heraus und übst diese in sinnvoller Reihenfolge.

So kannst Du Dein Survivalkit immer weiter reduzieren, bis Du komplett alles, vom Feuermachen bis zum Tierfang, mit Deinen bloßen Händen schaffst.

**Die Beschäftigung mit dem Survival sollte nicht ein möglichst großes Survivalkit im Rucksack zum Ziel haben – sondern ein möglichst vollständiges im Kopf.**



## **W1** WASSERZEIGER SUCHEN – TRINKWASSER FINDEN

In hügeligem Gelände ist es selten schwer, Wasser zu finden. Du musst praktisch nur so lange bergab wandern, bis Du an der tiefsten Stelle, spätestens im Tal, einen Fluss oder zumindest feuchte Erde findest.

Auf der Anhöhe sind Bergsattel typische Fundstellen für Wasser. Diese Hochebenen bilden oft ein Becken. Klare und kleine Quellbäche lassen sich oft in besonderen Hügelstrukturen finden.

Manchmal haben Berge eine Form, als ob zwei Hänge ineinandergeschoben wurden. Meist von einem Sattel ausgehend bricht der Hang zuerst steil nach unten ab und läuft bis zum Tal aus. An einem solchen Einschnitt in der Bergflanke findest Du meistens Wasser, da diese Struktur der schnellste Weg aus den Hängen ist. Hier ist also jeweils die tiefste Stelle am Berg Fundort für Wasser.

Solche offenen Wasserstellen kündigen sich in wärmeren Gegenden durch Vogelgeschrei an. Außerdem führen viele Wildwechsel zu Wasserlöchern. Pflanzliche Wasserzeiger sind Röhricht, Pandanus, Farne und Moose, Binsen und Auenbäume wie Weide oder Pappel.

▲  
*Tief eingeschnittene Täler weisen darauf hin, dass nach Unwettern darin oft reißende Flüsse fließen. Wenn Du im Flussbett gräbst, kannst Du hier auch lange nach dem Regen noch Wasser finden.*

*Typische Wasserzeiger in unseren Breiten: Farn, Moos und Schachtelhalm wachsen nur auf richtig feuchtem Boden gut.*





# W2 TRINKWASSER ABKOCHEN

Eine der sichersten Wasseraufbereitungsmethoden, die weltweit funktioniert, ist das Abkochen von Wasser. Es wird oft diskutiert, ob ein kurzes Aufkochen von Trinkwasser ausreicht, oder ob es mindestens 10 oder 30 Minuten sieden muss – und wie sicher das Abkochen in größeren Höhen ist.

Dazu merke ich folgendes an:

- >> Normales Trinkwasser ist *nie* steril und muss auch nicht steril sein. Trinkwasser wird »desinfiziert«, also von Krankheitserregern befreit.
- >> Es gibt viele Keime bzw. Überdauerungsstadien von diesen, die sowohl das kurze Abkochen als auch das halbstündige Sieden überstehen. Oft verursachen diese jedoch keine Krankheiten.
- >> Je 300 Höhenmeter nimmt der Siedepunkt von Wasser um etwa 1°C ab.
- >> Die meisten Erreger von Krankheiten beim Menschen gedeihen am besten bei einer Temperatur von etwa 37°C.
- >> Verkeimte Lebensmittel enthalten in aller Regel das Vielfache der möglichen Erregerkonzentration von Rohwasser.

>> Es werden weltweit potentiell hochinfektiöse Lebensmittel (Milch, Schweinefleisch, Naturdarm, kopfgedüngtes Gemüse etc.) nach kurzem Erhitzen verzehrt.

>> Ziel ist bei der sicheren Zubereitung von Lebensmitteln eine Kerntemperatur von ca. 75–85°C, Milch (Kryptosporidien, EHEC etc.) wird ca. 30 Sekunden bei 75°C pasteurisiert.

>> 85°C Siedetemperatur werden noch in ca. 4500 Metern über dem Meeresspiegel erreicht – ab dieser Höhe lässt sich praktisch weltweit sauberer Schnee bzw. Schmelzwasser sammeln.

>> Die Kerntemperatur von 85°C in mikroskopisch großen Keimen wird nach dem Erhitzen in Sekundenbruchteilen erreicht.

**FAZIT:** Das kurze Abkochen von Wasser – auch wenn es verkeimt ist – kann immer als sichere Zubereitungsmethode angesehen werden. Schon durch das Erhitzen auf 85°C werden praktisch alle lebenden Zellen zerstört. Besonders die ansonsten robusten einzelligen Parasiten sind sehr empfindlich gegenüber Hitze. Die gewöhnliche technische Desinfektion (nicht Sterilisation) in Abfüllanlagen erfolgt bei 70°C.

Hitzeresistente Bakterien und Sporen überleben allerdings auch das Abkochen für eine Stunde.

*Wasser kurz abkochen reicht auch bei schmutzigen Quellen meist völlig aus.*



# N1 ESSBARE PFLANZEN WELTWEIT

Es gibt weltweit viele Millionen Pflanzen, von denen zahlreiche essbar sind. Wenn Du in einer fremden Region unterwegs bist und Nahrung suchen willst, müsstest Du eigentlich alle Pflanzen vor Ort kennen, um eine Vergiftung auszuschließen.

Der häufig beschriebene »Genießbarkeitstest«\* ist keine sichere Möglichkeit, um herauszufinden, ob eine Pflanze essbar ist. **Einige tödlich gefährliche Gifte entfalten ihre volle Wirkung erst nach einigen Tagen.**

Eine Möglichkeit, sich weltweit mit essbaren Pflanzen zu versorgen, ist das Sammeln der »**Dirty Dozen**« – 12 insgesamt weltweit verbreitete essbare Pflanzengattungen. Praktisch überall auf der Erde wirst Du mindestens eine dieser Gattungen finden. »Gattung« ist dabei der Überbegriff für verschiedene Pflanzenarten (oder Sorten), die sehr gleich aussehen und miteinander verwandt sind. Beispielsweise sind für uns alle Pflanzen, die Du als Rose bzw. Hagebutte kennst – egal ob Zierrose aus dem Garten oder Heckenrose vom Waldrand – gleichwertig. Dasselbe gilt für Wegeriche oder Rohrkolben.

Mit etwas Übung wirst Du diese Pflanzen immer wieder finden und einfach erkennen – nach Lektüre des Buchs weißt Du sogar, dass sie essbar sind. **Wichtig ist dabei, drauf zu achten, dass manche der Pflanzen speziell zubereitet werden müssen, damit sie bekömmlich sind.**

*\*Beim Genießbarkeitstest werden nach Geruchstest und Hautkontakt erst kleine Mengen einer unbekanntes Pflanze verzehrt und wenn keine Vergiftungserscheinungen zu bemerken sind, einige Stunden später immer mehr davon.*