

Inhalt

Vorwort	13
Teil 1: Vorbereitung	17
Kapitel 1: Marschgepäck	19
Die fünf Grundelemente	19
Kontrolle der Kerntemperatur, Komfort und Bequemlichkeit	21
Gepäck: Eine Übersicht	22
Wolldecken	22
Rucksäcke	24
Packrahmen	25
Tragekörbe	28
Tumplines	30
Haversacks	31
Persönliche Ausrüstung für Fußwanderer	32
Tipps und Tricks beim Packen	35

Kapitel 2: Werkzeuge	37
Messer	38
Sichere Verwendung des Messers	42
Holzspalten	45
Einkerbungen	47
Scherschnitte	50
Pflege des Messers	53
Sägen	59
Sicherheit beim Sägen	62
Pflege der Säge	62
Äxte	64
Klingenform	67
Sichere Verwendung der Axt	68
Spalten von Brennholz	69
Zerkleinern von Brennholz	70
Fällen	71
Entasten	74
Zerteilen und Kerben	74
Spalten mit der Axt	75
Pflege und Schärfen der Axt	75
Spaltkeile immer griffbereit	77
Tipps und Tricks für Werkzeuge	79
 Kapitel 3: Seil, Tauwerk, Gurte und Knoten	81
Tauwerk	82
Seil	83
Gurtband	84
Gewebeband	84
Tauwerk aus Naturfasern	85
Nützliche Grundknoten	87

Bünde, Bindungen und Knebel	96
Tipps und Tricks für Seil und Tauwerk	98
 Kapitel 4: Behälter und Kochutensilien	 101
Wasserflaschen/Feldflaschen	103
Becher	104
Töpfe	106
Topfaufhängungen	107
Bratpfannen	109
Bratspieße	110
Holzbretter	111
Utensilien zur Essenszubereitung	111
Eisenstangen	114
Kocher und Brenner	116
Tipps und Tricks für das Kochen im Freien	119
 Kapitel 5: Schutzausrüstung	 121
Tarps und Tarpzelte	122
Polypropylen und Silnylon	123
Segeltuch	124
Gewachste Stoffe	126
Isomatten	127
Laubsäcke	128
Thermo-Rettungsdecken	128
Hängematten	129
Schlafsäcke	130
Wolldecken	132
Natürliche Unterstände	133
Tipps und Tricks für eine gute Schutzausrüstung ..	138

Kapitel 6: Feuermachen	139
Feuerzeuge	140
Feuerstahle	141
Lupe (Brennglas)	142
Messer- und Axtklingen	143
Feuerbohrer (Feuerstäbe)	144
Kohlenbüchsen	147
Tipps und Tricks für sichere und gut brennende Feuer	149
 Teil 2: In der Wildnis	 151
 Kapitel 7: Einrichten des Lagerplatzes	 153
Die vier Grundelemente	154
Hygiene am Lagerplatz	157
Tarps und Aufbau des Tarps	159
Die Kunst des Feuermachens	163
Zündmaterialien	164
Feueraufbau	171
Langfeuer	174
Tunnelgrubenfeuer	174
Schlüssellochfeuer	176
Tipps und Tricks für den Lagerplatz	177
 Kapitel 8: Navigieren im Gelände	 179
Kompass	180
Verwendung des Kompasses	182
Geländetopographie und Kartenlesen	184

Ausrichten der Karte	186
Entfernungsmessung und Peilung	189
Fünf Navigationsmethoden für Waldläufer	189
Kontra-Azimet	191
Bestimmung von Entfernungen	191
Bestimmung des eigenen Standorts	192
Hindernisse	195
Die PAUL-Methode (Positive Azimuth Uniform Layout)	197
Berechnung der Tageslichtdauer	198
Tipps und Tricks für erfolgreiches Navigieren	199
 Kapitel 9: Bäume. Ganzjährige Rohstofflieferanten . .	 201
Kiefern	202
Weiden und Pappeln	205
Schwarznuss	206
Sassafras	207
Eichen	207
Tipps und Tricks für die Nutzung von Bäumen	209
 Kapitel 10: Fallenbau und Wildverarbeitung	 211
Bestandteile einer Falle	212
Aufstellen von Wegzeichen	213
Köder für Fallen	215
Moderne Fallen	216
Material für improvisierte Fallen	219
Regeln zum Fallenstellen in höher gelegenen Regionen	220
Köderfallen	226
Wasserfallen	234

Spezialfallen	236
Primitive Fallen	237
Totschlagfallen	239
Vogelfallen	240
Kleine Fallenausrüstungen	241
Angeln mit selbst gebauter Rute und Tenkara ...	242
Verarbeiten von Kleinwild	244
Verarbeiten von anderem Wild	245
Konservieren von Fleisch	247
Tipps und Tricks für erfolgreiches Fallenstellen ...	250
 Schlusswort	 251
 Anhang A: Das Pfadfinder-Konzept: Erhalten und Nutzen von Ressourcen	 253
 Anhang B: Essbare Wildpflanzen und Heilpflanzen ...	 257
 Anhang C: Rezepte für die Wildnis	 267
 Anhang D: Glossar	 279
 Register	 297