



Pflegeleicht

Bei unsicherer Witterung sind Hightech-Materialien die besten Begleiter. Wer die teuren Stücke richtig pflegt, verlängert ihren Gebrauchswert mitunter erheblich. Nikwax-PR-Agentin Chrissy Dorn gibt Tipps:



CHRISSEY DORN,
PR-Agentin für
Nikwax

Seltene Wäschen schonen die Membran – richtig oder falsch?

Falsch! Körperfette, Schweiß und Schmutz beeinträchtigen die Funktion der Imprägnierung auf der Außenseite. Funktioniert diese nicht mehr, saugt sich der Stoff mit Feuchtigkeit voll und mindert die Atmungsaktivität. Als Folge staut sich Feuchtigkeit auf der Innenseite der Jacke. Viele Radfahrer glauben dann fälschlicherweise, die Membran wäre undicht.

Wie häufig sollen Funktionstextilien gewaschen werden?

Mindestens zwei Mal im Jahr bzw. sobald die Sachen dreckig wirken.

Welches Waschmittel eignet sich?

Outdoor- und Funktionsbekleidung sollte mit Spezialwaschmittel gewaschen werden. Haushaltswaschmittel mit Tensiden hinterlassen Rückstände, die die Atmungsaktivität der Membran und die Imprägnierung beeinträchtigen.

Muss die Imprägnierung nach jedem Waschen aufgefrischt werden?

Nach dem Waschen mit einem Spezialwaschmittel, z.B. Nikwax® Tech Wash®, braucht man nur alle 4-5 Waschgänge nachzuimprägnieren, da Tech Wash die originale Imprägnierung wieder auffrischt.

Was gilt bei hartnäckigen Flecken, z.B. durch Öl oder Kettenschmiere?

Vorsicht: Membranen und Beschichtungen reagieren empfindlich auf die meisten herkömmlichen Fleckentferner. Besser das Spezialwaschmittel mit einem Schwamm vor dem Waschen direkt auf die Flecken auftragen und sanft einreiben. Dann das Kleidungsstück wie gewohnt in der Maschine waschen. Nach einer solchen Behandlung sollte die Imprägnierung grundsätzlich erneuert werden.

Nikwax Tech Wash wurde auf Basis von Seifenlauge hergestellt. Es schont die Membran und stellt die Atmungsaktivität sowie die Imprägnierung wieder her; 100ml kosten 5 Euro.



Leser-Frage

Darf ich mit meinem Sohn auf dem Gehweg Rad fahren?

Mein Sohn (4) soll mit dem eigenen Rad zum Kindergarten fahren. Meist hält er nicht vor Einmündungen, um zu prüfen, ob der Weg frei ist. Bleibe ich neben ihm auf der Straße, kann ich ihn wegen parkender Autos oft nicht mal sehen! Darf ich als seine Begleitung auf den Gehweg wechseln?
Stefanie Syren, per E-Mail

Lilo Franzen, Bonner Fahrradschule für Kinder:

Die StVO schreibt vor, dass Kinder bis zum vollendeten achten Lebensjahr auf dem Gehweg fahren müssen – und Erwachsene auf der Straße. Doch ein vierjähriges Kind ist von seiner Motorik und von seiner Aufmerksamkeitsfähigkeit her noch nicht in der Lage, sich verkehrsgerecht zu verhalten. Eltern sollten deshalb die Gefahrenlage im Einzelfall abschätzen und an ihre Aufsichtspflicht denken. Entlang belebter Straßen empfiehlt es sich, hinter dem Kind auf dem Gehweg zu fahren, um es durch Zurufe zu leiten.

www.lilofranzen.de

Zuschriften an:

Redaktion Trekkingbike, Steinerstr. 15 (Haus D),
81369 München; per E-Mail: info@trekkingbike.com
Wir leiten Ihre Briefe und E-Mails gerne weiter.



Praxistipp

Waschen und Imprägnieren

- Reiß- und Klettverschlüsse zumachen
- maximal zwei Jacken auf einmal in die Trommel geben
- bei 30 Grad im Hauptwaschgang mit Spezialwaschmittel für Funktionstextilien waschen
- Bei Bedarf im Hauptwaschgang zusätzlich imprägnieren oder Spray-On-Imprägnierung auf die nasse Jacke sprühen.



Gesundheitslexikon

Energiebilanz

Die Energiebilanz ist die Gegenüberstellung der Energie der aufgenommenen Nahrung zu der in Form von Arbeit und Wärme abgegebenen Energie. Wer abnehmen will, braucht eine negative Bilanz. Er muss also weniger Energie aufnehmen als er verbraucht. Klingt einfach, ist aber gar nicht so leicht. Denn der Körper versucht ständig, für schlechte Zeiten vorzusorgen: Er speichert alles, was nicht verbraucht wird, in Form von Fettdepots. Um ein Gramm Kohlenhydrate zu verbrennen, benötigt der Körper etwa 4 Kilokalorien – für ein Gramm Fett doppelt so viel.