Die besten Tipps: Mit der Hängematte im Winter schlafen

Der Winter ist da und du denkst dir, dass die Hängematte erst mal für einige Monate ruhen muss?

Falsch gedacht! Nach dem Motto: *Es gibt kein schlechtes Wetter, nur die falsche Ausrüstung* kannst du mit der richtigen Vorbereitung auch in den Wintermonaten eine schöne Zeit in der Wildnis verbringen.

Zwar musst du einiges beachten, aber lass dich von den vielen Schritten nicht abschrecken. Am Ende ermöglicht dir dies eine wunderbare Erfahrung in der kalten Jahreszeit mit erhöhtem Gemütlichkeitsfaktor.

Ich werde hier Schritt für Schritt alles durchgehen, damit du gut für die Kälte gerüstet bist und die Gegebenheiten entsprechend abschätzen kannst.

1. Warum im Winter in die Hängematte?

Vielleicht bist du nur aus Neugierde auf diesen Artikel gestoßen und fragst dich: Warum will überhaupt jemand im Winter draußen oder gar in einer Hängematte schlafen?

Der Winter scheint kahl und farblos. Wenig Leben in der Natur und vor allem ist es sehr kalt. Doch bei genauerem Hinsehen hat die Natur im Winter ihre eigene Magie.

Verschiedene Jahreszeiten prägen das Leben auf unserem Planeten. Ihr immerwährender Zyklus bestimmt das Fortbestehen von Pflanzen und Tieren, birgt neue Chancen.

Eine besondere Form der Stille kann beobachtet werden und vor allem Schnee verwandelt die Landschaft in ein gemäldegleiches Sein.



Das Beste am Wintercamping ist, dass du dir keine Sorgen um Mücken und andere Ungeziefer machen musst.

Um das zu genießen, benötigst du die optimale Ausrüstung und Vorbereitung, um auf die Kälte und potenziellen Gefahren in der Hängematte vorbereitet zu sein.

Wer schonmal in anderen Jahreszeiten in einer Hängematte geschlafen hat, weiß, dass es am Rücken schonmal frisch werden kann.

Anders als im Zelt drückst du mit deinem Gewicht alle Schichten unter dir zusammen und verlierst hier viel Wärme.

Nur ein Schlafsack reicht da oft nicht aus. Daher ist die richtige Isolation essenziell, um die Wärme bei dir zu behalten und dir erholsamen Schlaf zu bieten.

2. Als Anfänger in die Hängematte im Winter?

Wenn du auch im Sommer noch nicht in einer Hängematte geschlafen hast, rate ich dir erst mal davon ab dies direkt im Winter zu probieren.

Falls es dich doch packt und du dies unbedingt ausprobieren möchtest, dann nimm dir dein Auto mit. Hier kannst du all dein Proviant einpacken, den du brauchst und bist nicht durch deinen Rucksack limitiert.

Im Notfall kannst du dich in dein Auto zurückziehen oder dein Unterfangen abbrechen. Alternativ kannst du dir auch einen Ort in der Nähe deines Zu Hauses suchen.

Lies auch: Mit der Hängematte schlafen: wichtige Grundlagen für Anfänger und erforderliche Ausrüstung.

3. Das Wetter beobachten

Bevor du deinen Trip startest, musst du dich über das dort herrschende Wetter informieren. Liegen die Temperaturen in der Nacht über 0 Grad ist noch alles gut, aber darunter musst du dich einwandfrei auf die Kälte und den Frost vorbereiten! Dazu später mehr.

Bist du in verschneiten Regionen unterwegs und der Wetterbericht kündigt einen Schneesturm an, sollten deine Alarmglocken klingeln.

Bei einem Schneesturm wird das Winterwunderland schnell zur großen Gefahr, besonders in einer Hängematte. Da hilft auch die beste Ausrüstung nicht.

Bei längeren Aufenthalten in der Wildnis ist es essenziell den Wetterbericht zu kennen oder selbst die Zeichen eines Sturmes deuten zu können. Letzteres bringt dich noch näher in dein Naturerlebnis!

In Bergregionen gibt es noch eine weitere Gefahr: Lawinen. Die Gebiete sind meist mit entsprechender Wahrscheinlichkeit gekennzeichnet. Auch hier gibt es eine sogenannte Lawinenvorhersage für das jeweilige Gebiet.

Außerdem müssen dir die Gegebenheiten für eine Lawine bekannt sein, um das Risiko zu minimieren. Kurz gesagt: Campe nicht am Hang oder direkt am Fuße eines Berges, auf dem frischer Schnee liegt.

Zusätzlich sind extreme Regenfälle und extreme Kälte nicht zu unterschätzen. Verschiebe dein Unterfangen lieber, anstatt dich solchen Extremsituationen auszusetzen.

Lies auch

Camping in einem Wintersturm: diese 11 Tipps helfen dir, um sicher zu bleiben – Ein Wintersturm kann beim Camping eine gefährliche Sache werden. Ergreife die notwendigen Schritte, um so sicher und komfortabel wie möglich zu bleiben.

4. Ausrüstung

Wie oben bereits erwähnt steht und fällt alles mit der Vorbereitung. Nimm dir daher Zeit dafür und packe deinen Rucksack sorgfältig.

Wichtig ist hier auf hochwertige Produkte zu setzen und nicht am falschen Ende zu sparen. Dies gilt besonders für Temperaturen unter 0 und für Tage mit Schnee.

Im Nachfolgenden beschreibe ich die verschiedenen Gegenstände und deren Funktion. Damit ist es dir dann möglich, anhand der Gegebenheiten deiner Umgebung und deiner Vorliebe, das Beste für dich zusammenzustellen.

Hängematte

Bei der Hängematte funktionieren die meisten Campingprodukte hervorragend, nur auf die aus Baumwolle solltest du verzichten. Ferner sollte die Hängematte mit Zubehör für den Winter kompatibel sein, da die herkömmlichen Nylon-Hängematten kaum Schutz von unten bieten.

Schlafsack

Manche Sommernächte sind ohne Schlafsack schon grenzwertig. Daher sehe ich den Schlafsack (hier meine Topliste) als essenziell an und empfehle dir dort nicht zu sparen.


Investiere in einen guten Schlafsack, wenn du bei kalten Jahreszeiten in der Hängematte schläfst

Achte hier auf die Minimaltemperatur deines Ausflugsortes und wähle deinen Schlafsack entsprechend aus. Rechne beim Schlafsack noch mal 5-10 °C runter, um auf Nummer sicher zu gehen.

Ein kleines Beispiel: Bei einer Mindesttemperatur von -5 °C in deiner Zielregion solltest du einen Schlafsack ausgelegt für mindestens -10 °C, besser noch -15 °C, auswählen.

Außerdem solltest du eine Fehlertoleranz des Herstellers einberechnen. Um auf das Beispiel zurückzukommen, rate ich dir letztlich zu einem Schlafsack, der mindestens -20 °C aushält.

Meine Empfehlung wäre klar ein Mumienschlafsack, da dieser dich rundum schützt und sich optimal mit deinem Körper darin an die Hängematte anpasst.

Alternativ kannst du auch einen nicht so guten Schlafsack nutzen und noch ein Schlafsack-Inlett. Damit erreichst du noch mal ein paar Grad mehr.

Isomatte

Eine Isomatte ist dein erster Schutz vor Kälte von unten. Die Matte wird direkt in die Hängematte gelegt oder in ein speziell dafür vorgesehenes Fach eingesetzt.

Dabei greifst du auf eine normale Isomatte zurück oder legst dir eine für Hängematten angepasste Isomatte zu.

Nach meiner Erfahrung war es echt nervraubend, mit einer normalen Isomatte in der Hängematte zu schlafen. Diese verrutschte immer wieder und ich musste meine Hängematte letztlich strammer spannen, um die Nacht entspannt durchzuschlafen.

Daher empfehle ich entweder eine Hängematte mit Fach oder die angepasste Isomatte auszuprobieren.

Am Ende ist eine Isomatte kein Muss, besonders nicht, wenn du einen Underquilt dein Eigen nennst.

Underquilt

Bei sehr tiefen Temperaturen kommst du um einen Underquilt nicht herum. Er schützt dich von unten, indem der Quilt die Hängematte von unten wie eine zweite Lage umhüllt.

Je nachdem, mit welchen Temperaturen du in der Nacht rechnest, musst du auch deinen Underquilt auswählen.



Ein Underquilt ist sinnvoll, wenn es draußen kalt ist und der Wind weht

Was genau ein Underquilt ist und warum er so nützlich ist, liest du in meinem Ratgeber "Schlafen in der Hängematte: Warum der Underquilt deine Ausrüstung vervollständigt – Die Lösung gegen kalte Nächte?".

Topquilt

Ähnlich wie das Underquilt ist auch einen Topquilt nützlich, um dich vor der Kälte von oben zu schützen.

Du solltest im Hinterkopf haben, dass dich ein Topquilt nicht vor dem Wetter schützt. Dein Schlafsack bleibt zwar in der Regel trocken, aber in dein Gesicht und darum herum kann es trotzdem hereinregnen oder schneien.

Daher empfehle ich, zusätzlich ein Tarp zu spannen, aber dazu gleich mehr.

Topquilt und Underquilt sind kombinierbar. Dann wird von einem PeaPod-System gesprochen.

Ein Topquilt ist bei besonders tiefen Temperaturen eine Erwägung wert, aber kein Muss.

Kokoon

Der Kokoon oder Sock bildet eine Fusion aus Under- und Topquilt. Dieses Isolationssystem umschließt die Hängematte komplett und du kannst es dir wie eine großgewachsene Raupe darin gemütlich machen.

Tarp

Auch wenn kein Regen oder Schnee angesagt wurde, kann ich ein Tarp nur wärmstens empfehlen.

Denn Wetterberichte können falsch liegen und das Wetter kann sich schnell ändern. Da deine Hängematte in der Regel nicht vor Nässe geschützt ist, kann ein Tarp den Unterschied machen.

Das Tarp bietet eine zusätzliche Schicht, die nicht direkt an deiner Hängematte anliegt und somit neben Nässe auch noch bei Wind schützt.

Zudem isoliert die zusätzliche Schicht, vorausgesetzt das Tarp wird richtig gespannt. Das Tarp sollte die Hängematte nicht berühren, aber trotzdem nah genug an dir dran sein.

Außerdem sollte eine Wand zur Richtung des Windes gespannt werden.

Inzwischen gibt es Tarps in allen möglichen Formen und sogar speziell für Hängematten. Bei der Art sind vorn und hinten Türen integriert, sodass du von allen Seiten geschützt bist.

In meiner Tarp-Bestenliste plus dazugehörigen Kaufratgeber findest du sicher eins für deine Ansprüche.

Wie du dir dein eigenes Tarp nähst, kannst du hier nachlesen.



Toll sind Tarps, die du auf allen Seiten verschließen kannst

Zusätzliche Decken

Decken oder andere Textilien bieten dir zwar eine zusätzliche Isolationsschicht, nehmen aber auch weiteren Platz weg.

Bist du mit dem Auto unterwegs, ist das kein Problem, aber als Backpacker wird dir dies schnell zum Verhängnis.

Packe lieber weniger und dafür hochwertige Ausrüstung ein, anstatt wie ein Esel alles durch die Wildnis zu schleppen.

Kleidung

Essenziell ist, dass du für den Winter auch geeignete Kleidung besitzt. Einige Dinge kannst du beim Campen in der Hängematte trotzdem beachten.

Wenn es dir möglich ist, verstaue trockene Kleidung bereits vor dem Schlafen in deiner Hängematte (falls diese trocken ist), um nicht mit deinen nassen Klamotten in dein „Bett“ zu steigen.

Selbst bei noch so guter Ausrüstung wird die Nacht schnell unangenehm, wenn du noch komplett durchnässt bist.

Ferner solltest du darauf achten, dass deine Kleidung warmhält und du auch tagsüber gut geschützt vor Kälte bist. Denn wenn du schon ausgekühlt in deine Hängematte steigst, ist es erst mal schwieriger dich aufzuwärmen.

Warme, dicke Socken sind da notwendig. Bei mir werden die Füße oft als Erstes kalt und da freue ich mich immer über flauschige Socken zum Schlafen.

Außerdem kann eine hochwertige Mütze nie schaden. Diese kannst du im Schlaf auch über dein Gesicht ziehen und bist zusätzlich geschützt. Lasse dabei Mund und Nase frei, damit du gut atmen kannst.

Lies auch

Der große Ratgeber: Welche Kleidung beim Survival-Training und beim Bushcraften? – Die richtige Kleidung kann in Überlebenssituationen über Leben und Tod entscheiden. In diesem Ratgeber behandeln wir, was du draußen anziehen solltest.

5. Den geeigneten Ort finden

Suche dir einen Platz, der, wenn möglich, windgeschützt ist. Dazu eignen sich große Felsen oder ein dichter Wald.

Meide es, direkt an einer Klippe zu campen. Wenn du Glück hast, kommt der Wind von der anderen Seite. Bei schlechter Lage bläst der Wind entlang der Klippe und sorgt für eine ungemütliche Nacht.

Tiefer gelegene Areale wie trockene Flussbecken erscheinen dir erst mal sinnvoll, dort sammelt sich nachts jedoch sowohl die kalte Luft als auch das Wasser.

Zusätzlich sollte dein Blick nach oben gehen. Vermeide tote Bäume neben deiner Hängematte und versuche potenziell fallende Äste zu identifizieren. Besonders bei Schneefall setzt das zusätzliche Gewicht den Bäumen zu und größere Äste können runtersegeln.


Such dir einen geeigneten Ort für die Übernachtung im Winter mit der Hängematte

Wie bereits oben erwähnt solltest du die Lawinengefahr im Hinterkopf haben und Gebiete, wo Hochwassergefahr herrscht, vermeiden.

Nimm dir Zeit, deine Umgebung wahrzunehmen und erkunde das Gebiet genau.

Lesetipp: Wie du die ideale Lage für dein Bushcraft-Camp findest

6. Mache dir einen Plan

Bevor du deinen Trip startest, solltest du dir einen Plan machen.

Er hilft dir den Überblick zu bewahren und du kannst die Reise schon in deinem Kopf durchgehen. Somit fallen dir evtl. noch Ausrüstungsgegenstände ein, die du vorher nicht bedacht hattest.

Außerdem solltest du deinen Plan verschriftlichen und mindestens einer Person mitteilen, wohin die Reise geht. Somit bist du in Gefahrensituationen nicht komplett auf dich allein gestellt und das Rettungsteam weiß im Notfall, wo sie nach dir suchen sollen.

Ein Plan kann in etwa so aussehen:

Tag 1: Reise zum Camping-Ziel (ungefähre Route) und Aufbau meines Camps (nenne idealerweise deine Koordinaten oder einen Landmarker in der Nähe). Erste Nacht hier übernachten.

Tag 2: Das Camp bleibt bestehen. Ich begebe mich morgens über (Route) nach (Koordinaten). Nachmittags trete ich den Rückweg über (Route) an und melde mich bei meiner Ankunft (wenn dort ein Telefonnetz besteht).

Tag 3: Camp-Abbau. Neues Camp an (Koordinaten) aufsuchen über (Route)

Tag 4: Heimweg über (Route)

Führe den Plan nach deinem Belieben und Notwendigkeiten fort und versuche dich, wenn möglich, an diesen Plan zu halten.

Es ist auch keine Schande sein Unterfangen aufgrund von Wetter oder anderen Gründen abzubrechen. Auch wenn du dich schon tierisch auf die Erfahrung gefreut hast, wird es noch einen geeigneteren Zeitpunkt dazu geben.

Wichtig ist, dass du immer die erste Survival-Regel im Kopf hast: Gehe niemals ein Risiko ein.

7. Fazit

Ein durchdachter Plan und gute Vorbereitung machen die winterlichen Nächte in einer Hängematte fast schon zu einem Wohlfühlort.

Investiere hier genug Geld und Zeit. Sei auch am gewünschten Campingort nicht zu vorschnell. Erkunde deine Umgebung genau und achte auf die Wettergegebenheiten.

Gesunder Menschenverstand und das Vorwissen aus diesem Artikel bieten dir eine gute Basis.

Gerätst du doch in eine Notfallsituation, bewahre Ruhe und versuche deinen Notfallkontakt zu kontaktieren. Auch ohne Netz sollte dieser deine Koordinaten haben und die Chancen stehen gut, dass du gefunden wirst.

Das soll jedoch nicht der letzte Satz zu diesem Thema sein, denn meistens ist die Winternacht in einer Hängematte ein einzigartige Erfahrung.

Genieß die Ruhe und Schönheit des Winters in vollen Zügen. Du wirst einer der Wenigen sein, die so ein Wagnis eingehen und erleben dürfen.

Über den Autor des Ratgebers

Martin Gebhardt



Hey, ich bin Martin und ich bin Wildnis-Mentor. Auf meinem Blog lernst du die Basics sowie zahlreiche Details zum Outdoor-Leben. Schnapp dir meine 35 einfach umsetzbaren Survival-Hacks, um ab morgen nicht mehr planlos im Wald zu stehen. Lies mehr über mich auf meiner “Über mich”-Seite.

Besuche ihn auf seiner Website https://survival-kompass.de