

# Die F.I.A.B. Mail (Freitag, 22.12.2023)

Edition: Freitag, 22.12.2023

Der Text hier ist die Aufzeichnung vom wöchentlichen Newsletter – der F.I.A.B. Mail von [survival-kompass.de](http://survival-kompass.de)

---

Howdy.

Wie cool ist das denn: Du lies gerade die F.I.A.B. Mail - und das am 22.12.- zwei Tage vor Weihnachten.

Du bist also entweder nicht im Weihnachtsstress (wie ich) oder die wöchentlichen E-Mails sind so spannend. Oder es ist ein Mix aus beidem. ?

Wie auch immer: Heute geht's um **Gewicht, Schule, Ausrüstung im Kopf** und um **Tierspuren**.

Der Plan bleibt wie immer gleich:

Fertigkeit ? – Interessant ? – Ausrüstung ? – Bild ??

---

## **Fertigkeit:**

Du stehst mitten im Wald, umgeben von rauschenden Bäumen.

Die Luft ist frisch, die Natur ruft.

Aber Moment mal, spürst du das? ?

**Dein Rucksack drückt auf deinen Schultern.**

Wie viel wiegt das Ding eigentlich? Zu schwer? Vielleicht!

Fakt ist: Im Wald ist dein Rucksack dein bester Freund.

**Aber wie schwer darf er sein?**

Zu schwer, und du kämpfst mit dem Gewicht. Zu leicht, und du hast vielleicht nicht alles, was du brauchst.

*Und weißt du was: Ich habe immer noch Schwierigkeiten, meinen Rucksack leicht zu bekommen. ? Geht es dir auch so?*

---



Hier die Fakten auf einen Blick:

**Faustregel: Ideal sind 10–15 % deines Körpergewichts.**

**Wiegst du also 70 Kilogramm, sind 7 bis 10 kg Gewicht ok.**

*Aber wichtig: Es hängt ab von deiner Tour, deinem Können, der Region und dem Wetter!*

Vergleich: Ein durchschnittlicher Bushcraft-Rucksack wiegt zwischen 12 und 18 kg.

Was beeinflusst das Gewicht?

- Tour-Dauer: Ein Kurztrip braucht weniger als eine Woche in der Wildnis.
- Deine Fähigkeiten: Mehr Know-how bedeutet weniger Gepäck.
- Klima: Für jede Jahreszeit das passende Equipment.

Also wähle klug: Leichtes Gepäck = freier Weg.

Es gilt, die Balance zwischen Notwendigem und Komfort finden.

Mein Tipp ➔? Tools mit Mehrfachnutzen: Spart Gewicht und Platz.

Bist du neugierig, wie du das perfekte Gewicht für deinen Rucksack findest?

? [Klick hier und finde es heraus - das wartet auf dich:](#)

- Entdecke meinem speziellen Rucksackgewichts-Rechner
- Lerne in einer Infografik, wie du deinen Rucksack richtig packst
- Finde heraus, wie du die richtige Balance findest mit einem schweren Rucksack

Ach ja, Lust auf eine Umfrage?

Wie viel wiegt dein Rucksack ungefähr? Klicke auf die Werte und mach mit. Auswertung erfolgt in der nächsten F.I.A.B.-Mail.

---

## Interessant:

Danke an alle, die letzte Woche bei der Umfrage zur Schule mitgemacht habe.

Schau mal, so sieht die Abstimmung aus:



Spannend, oder? Hättest du es so erwartet?

*Ich setze mich mit dem Thema als Wildnispädagoge schon länger auseinander.*

Und ich wette, unter uns sind viele Eltern und Pädagogen, die auch darüber nachdenken.

**Passend dazu habe ich das Lernen im westlichen Bildungssystem mit dem Lernen von Indigenen verglichen, genauer gesagt, wie es sehr viel früher war.**

Hier schon mal eine Tabelle zur besseren Übersicht:

	Native Lernphilosophie	Moderne Lernphilosophie
Lernmethode	Notwendigkeit, Neugierde, Spaß, Vertrauen	Angst, Verbote, Pflichten, Lob, Kritik
Verbindung zum Gelernten	Ja	Nein
Lernumfeld	Natur, überall	oft nur in geschlossenen Räumen
Lernbeziehung zw. Personen	Miteinander	Gegeneinander
Lehrer/in ist	Mentor auf Augenhöhe; führt respektvoll und unterstützt	Autorität delegiert von oben herab
Verbindung zw. Mentor und Kind	Ja	Nein
Verbindung zur Erwachsenenwelt	Ja	Nein
Fokus beim Lernen	Familie, Clan, Gemeinschaft	Individuum
Gemeinschaft lebt als	Kooperation	Konfrontation
Anforderungen	persönlich abgestimmt	standardisierte Entwicklungsmeilensteine

Und falls dich das Thema packt, schaue dir dazu meinen kompletten Artikel an:

? [Das westliche Bildungssystem und das Lernsystem unserer Vorfahren – zwei total unterschiedliche Bildungsphilosophien im Vergleich](#)

Für mich steht fest: **Es sind zwei Welten, die sich stark unterscheiden.**

Das könnte auch für dich ein echter Augenöffner sein, besonders wenn du mit jungen Menschen zu tun hast.

Ich denke oft daran: Jeder gibt sein Bestes. Mit dieser Einstellung sieht die Welt oft ganz anders aus.

## Ausrüstung:

Wer sagt eigentlich, dass Ausrüstung immer etwas ist, was du in der Hand halten kannst?

Ist es nicht oft so, dass die wertvollste Ausrüstung in deinem Kopf steckt?

Ideen, Kreativität, Wissen – das sind die Tools, die dich in der Wildnis wirklich voranbringen.

**Daher habe ich Wildimpuls vor einigen Jahren ins Leben gerufen.**

Wie du siehst, ist die Anmeldephase voll im Gange.

Ab 15.01.2024 starten wir in ein Jahr, das dir zeigt, wie mächtig deine geistige Ausrüstung sein kann.

Wir öffnen die Tür zu Abenteuern, die nicht nur deine Muskeln, sondern auch deinen Geist fordern.

Freu dich auf wöchentliche Missionen, zu den Themen:

? **Feuermachen**, das mehr ist als nur Funken schlagen – es ist eine Kunst.

? **Holz bearbeiten**, nicht nur mit deinen Händen, sondern auch mit deinem scharfen Verstand.

? **Pflanzenkunde** – eine Entdeckungsreise, die deinen Horizont erweitert.

? **Orientierung**, die dich nicht nur durch den Wald, sondern auch durch knifflige Situationen führt.

? **Spurenlesen** – entziffere die Geheimnisse der Natur, wie ein echter Natur-Detektiv.

? **Sicherheit** – denn ein kluger Kopf weiß, wie man Risiken meistert.

? Und vieles mehr, das deine innere Ausrüstung erweitert!

Ich lade dich ein, mit mir in dieses Jahr voller Wildniswissen zu starten.

Ein Jahr, das beweist, dass deine stärksten Tools nicht die sind, die du tragen kannst, sondern die, die in dir sind.

Bist du bereit, dich auf dieses spannende Abenteuer einzulassen?

Besuche <http://wildimpuls.de> und wenn du deiner Sehnsucht Taten folgen lassen willst, dann melde dich an.

---

## **Bild:**

In einigen Ecken Deutschlands liegt tatsächlich noch Schnee.

Ich hatte das große Glück, das selbst in Thüringen zu erleben.

Dort bin ich auf jede Menge Tierspuren gestoßen, die man sonst selten zu Gesicht bekommt.

Zum Beispiel diese hier von einem Eichhörnchen ?



Und diese von einem Marder ?



Wenn dich das Thema fasziniert, schau doch auf meiner Website vorbei. Dort findest du ein ausführliches Quiz zu Tierspuren.

Das ist nicht nur eine tolle Möglichkeit, dein Wissen zu testen, sondern auch viel über Tierspuren zu lernen – dank der Bilder und Fragen.

? [Hier geht's zum Quiz.](#)

Ich wünsche dir viel Spaß beim Quiz - und bleib neugierig.

---

Ich wünsche dir entspannte Weihnachten!

---

## 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>