Vivobarefoot Tracker Winter SG: Test nach 12 Monaten

Bei mir gibt es jedes Jahr diesen einen Morgen.

Ich schaue aufs Thermometer. Unter fünf Grad.

Und dann passiert etwas: Der Tracker Forest ESC wandert ins Regal. Und der Winter-Tracker kommt raus.

Das ist für mich fast schon ein kleines Ritual. So wie andere den Weihnachtsbaum aufstellen, stelle ich meinen Winterschuh in den Flur.

Und ich freue mich drauf. Ehrlich.

Denn dieser Schuh ist der Grund, warum ich den Winter draußen inzwischen richtig genieße.

Aber bevor du jetzt denkst, ich hätte hier den Wunderstiefel für die nächste Polarexpedition gefunden: Nein.

Lass mich dir erzählen, was er kann. Und was nicht.

Warum Barfußschuhe für mich mehr sind als bequem

Kurzer Schritt zurück.

Ich trage seit Jahren Barfußschuhe. Und wenn ich ehrlich bin: Es war schwieriger, all die Schuhe loszulassen, die ich früher getragen habe, als ich gedacht hatte.

Wir gewöhnen uns an Dinge, ohne uns zu fragen, warum. An dicke Sohlen. An schmale Spitzen. An Absätze, die wir gar nicht mehr bemerken.

Aber mit dem Wachsen meines Bewusstseins ist auch mein Wunsch gewachsen, zu dem zurückzukehren, was sich echt anfühlt. Eine Wiederverbindung mit der Erde, mit dem Leben, mit der Natur.

Manchmal bedeutet Vorankommen, zu unseren Wurzeln zurückzukehren.



Warum das echte Barfußgehen so wertvoll ist, habe ich in meinem Artikel 3 Gründe, warum du barfuß gehen solltest aufgeschrieben.

Nur: Im Winter wird genau dieses Barfußgefühl schnell zum Problem. Dünne Sohle plus gefrorener Boden plus nasser Matsch ergibt kalte Füße.

Und genau da kommt der Tracker Winter SG ins Spiel.

Transparenz vorab

Wie schon beim Tracker Forest ESC, beim Primus Lite IV und beim Primus Trail Knit FG: Dieser Artikel entsteht im Rahmen einer **Partnerschaft mit Vivobarefoot**. Wenn du über meinen Link kaufst, bekomme ich eine kleine Provision. Für dich bleibt der Preis gleich.

Und wie immer gilt: Ich empfehle nichts, was ich nicht selbst trage. Ich sage dir, was mich nervt. Und am Ende weißt du, ob du den Schuh kaufen solltest oder nicht.

Versprochen.

Exklusiv für meine Community

Mit dem Code MARTIN15 sparst du dauerhaft 15 % auf Vivobarefoot-Schuhe.

ACHTUNG: Bis 12.11.2026 gibts sogar 25 % Rabatt mit dem Code "SURVIVALKOMPASS25OFF".

Der Code gilt immer, nicht nur für ein paar Wochen. Ab und zu gibt es zusätzlich saisonale Rabattaktionen. Die trage ich dann hier ein.

Dazu kommt der 100-Tage-Testlauf von Vivobarefoot: Passt der Schuh nicht, kannst du ihn zurückgeben.

→ Hier zum Vivobarefoot Tracker Winter SG

Was den Vivobarefoot Tracker Winter SG ausmacht

Kurz zur Technik, dann geht's in die Praxis.

Das Obermaterial. Wild Hide Leder. Das ist dasselbe Lederkonzept wie beim Tracker Forest ESC: Häute von Wildtieren beziehungsweise freilaufenden Tieren, die sonst oft nicht genutzt würden. Kleine Narben und Unregelmäßigkeiten gehören dazu. Das Leder ist weich, sieht sehr hochwertig aus, und meine Farbe heißt **Tan**, ein warmes Braun, das im Wald genauso gut aussieht wie in der Stadt.



Das Futter. Hier liegt der große Unterschied zu den anderen Trackern. Der Schuh ist **warm gefüttert**. Und zwar richtig schön. Wenn du reinschlüpfst, fühlt sich das an wie ein Hausschuh mit Profil.



Die Thermo-Einlegesohle. Herausnehmbar, aus PU-Schaum mit einer Thermofolie aus Aluminium. Sie soll die Wärme zurück zum Fuß reflektieren. Ich finde sie richtig gut.

Wasserdicht. Vivobarefoot setzt auf eine atmungsaktive Innenmembran, versiegelte Nähte und wasserabweisende Materialien.

Die Sohle. Soft Ground (SG), also für weichen Untergrund gemacht: Matsch, Waldboden, Schnee. Die Chevron-Stollen sind laut Hersteller **5,5 mm** tief. Zum Vergleich: Der Tracker Forest ESC hat 7 mm tiefe Michelin-Stollen.



Das Gewicht. Laut Hersteller rund **585 g** pro Schuh, gemessen an einer kleineren Referenzgröße. In Größe 44 dürfte es etwas mehr sein. Für einen Barfußschuh ist das nicht leicht. Für einen gefütterten, wasserdichten Winterstiefel ist es wenig.

Die Verarbeitung. Wirkt sehr solide. Nichts klappert, nichts wackelt, nichts sieht billig aus.

Passform und Größe – meine Erfahrung

Ich trage normalerweise **Größe 44**. Den Tracker Winter SG auch. Und er passt.

Vivobarefoot schreibt selbst, dass er größengerecht ausfällt. Das kann ich bestätigen.

Und er war **super bequem vom ersten Moment an**. Kein Einlaufen, kein Drücken, keine Blasen. Auspacken, anziehen, losgehen.

Und dann die Zehenbox.

Ich sag's, wie es ist: **Die liebe ich.** Vorne haben meine Zehen richtig Platz. Sie können sich spreizen, sie können arbeiten, sie werden nicht zusammengequetscht.



Das ist so ein Gefühl, das du erst vermisst, wenn du es einmal hattest. Ich möchte es nicht mehr missen.

Gerade im Winter ist das übrigens ein unterschätzter Vorteil. Zehen, die sich bewegen können, werden besser durchblutet. Eingequetschte Zehen werden schneller kalt.

Weil das Leder so weich ist, kann ich verschiedene Socken für verschiedene Situationen tragen. Dünnere für den Weg zum Einkaufen, dicke Wollsocken für lange Tage im Wald. Der Schuh macht beides mit.

Schnürung – fast perfekt

Der Schuh lässt sich **super schön schnüren**. Geschmeidig, gleichmäßig, anatomisch gut gelöst. Ich bekomme ihn genau so fest, wie ich will.

Ein kleiner Kritikpunkt: **Die oberen zwei Schnürhaken sind etwas schmal.** Das ist nicht mein Lieblingsdetail an diesem Schuh. Es stört mich im Alltag aber nicht. Ich schnüre, binde, fertig.



Wärme: Wie kalt darf es werden?

Das ist die wichtigste Frage bei einem Winterschuh. Deshalb hier ganz klar.

Ab etwa 10 °C abwärts trage ich den Schuh. Und da ist er herrlich. Warm und dicht. Im Winter mit Nieselregen, Matsch und den paar Tagen Schnee ist er für mich genau richtig. Und das Fußklima stimmt: Meine Füße sind warm, aber sie schwimmen nicht.

Ab etwa –5 °C wird es grenzwertig. Dann brauchst du andere Schuhe.

Ich sag's mal so: **Das ist kein Antarktis-Schuh.** Wenn du eine Winterwanderung durch Lappland planst, bei minus 20 Grad, mit stundenlangem Stehen im Schnee, dann ist das nicht dein Stiefel.



Interessant: Eine englische Testerin kam auf sehr ähnliche Werte. Bei ihr blieben die Füße bis etwa **minus 6 °C** warm (mehr dazu weiter unten bei den externen Tests).

Was du selbst tun kannst, damit es länger warm bleibt:

- Wollsocken statt Baumwolle
- In Bewegung bleiben, denn die dünne Sohle isoliert im Stehen weniger als ein dicker Stiefel
- Schuh nicht zu eng schnüren, damit das Blut zirkulieren kann

Mehr Tipps gegen kalte Füße findest du in meinem Artikel Warme Füße im Winter.

Wasserdicht? Bei mir: ja.

Ich hatte mit diesem Schuh **noch niemals Probleme mit Wasser**. Keine nassen Socken, kein feuchter Zeh, nichts.

Matsch, Pfützen, nasse Wiesen, Schneematsch an der Ampel. Der Schuh hält dicht.

Was ich dazu sagen muss: Leder will gepflegt werden. Die wasserabweisende Wirkung bleibt nur, wenn du das Leder ab und zu fettest oder imprägnierst. Dazu unten mehr.

Grip: Schnee ja, Eis nein

Auf **Schnee und weichem Boden** ist der Halt sehr gut. Matschiger Waldweg, nasses Laub, festgetretener Schnee: Die Sohle greift.

Auf **Fels und glattem Untergrund**, besonders auf **feuchtem Fels**, ist der Halt dagegen **nicht gut**. Und auf **Eis** rutscht der Schuh.

Natürlich ist kein Schuh perfekt auf nassem Fels. Aber hier gibt es deutliche Unterschiede, und der

Tracker Winter SG gehört nicht zu den Stärksten. Das Profil ist nicht so ausgeprägt wie bei den ESC-Modellen.

Ich habe damit gerechnet. Eine weiche Barfuß-Sohle mit Soft-Ground-Profil ist für Matsch und Schnee gemacht, nicht für Glatteis. Wenn du oft auf vereisten Wegen unterwegs bist: Grödel zum Überziehen lösen das Problem.



Schnee hinten im Schuh

Ein Punkt, den du kennen solltest, wenn du viel im **Tiefschnee** unterwegs bist.

Der Ausschnitt an der Achillessehne ist für einen Winterschuh recht großzügig. Das sorgt für viel Bewegungsfreiheit und ist auf normalen Wegen angenehm. Aber bei hohem Schnee rutscht die Hose schnell hoch, und dann kommt **hinten Schnee in den Schuh**.

Vorteile können eben auch Nachteile bringen. Ich würde mir den Ausschnitt an einem Winterschuh etwas kleiner wünschen. Für Wanderungen ohne Schnee passt er dagegen sehr schön.

Mein Tipp, wenn du oft im Tiefschnee unterwegs bist: **kurze Gamaschen**. Damit ist das Thema erledigt.



Haltbarkeit nach zwölf Monaten

Gerade bei Barfußschuhen ist die Knickfalte vorne, also der Übergang zwischen Mittelfuß und Zehen, eine kritische Stelle. Hier arbeitet das Material bei jedem Schritt. Und wer viel über den Vorfuß abrollt, belastet sie besonders.

Bei meinem Tracker Winter SG: **Die Knickfalte sieht nach zwölf Monaten noch wunderbar aus.** Sohle fest, nichts löst sich.

Ehrlicherweise muss ich dazusagen: Ich trage den Schuh natürlich nicht das ganze Jahr über, sondern in der kalten Jahreszeit. Aber in diesen Monaten ist er fast täglich an meinen Füßen.



Umstieg auf Barfußschuhe: Gib deinen Füßen Zeit

Wenn der Tracker Winter SG dein erster Barfußschuh wird, ein ehrlicher Hinweis:

Die ersten Wochen und Monate sind eine **Umstellung für deine Füße und dein Fußgewölbe**. Plötzlich arbeiten Muskeln, die jahrelang in festen Schuhen geschlafen haben.

Das ist gut so. Aber es braucht Zeit. Fang mit kürzeren Strecken an und steigere dich langsam.

Pro und Contra – mein ehrlicher Überblick

Was ich liebe:

- Bequem vom ersten Moment an
- Richtig schönes, warmes Futter
- Wasserdicht: in zwölf Monaten nie nasse Füße
- Gutes Fußklima
- Breite Zehenbox, die ich nicht mehr missen möchte
- Passform ideal, fällt größengerecht aus
- Lässt sich wunderbar schnüren
- Trotz Futter echtes Barfußgefühl
- Weiches, hochwertiges Wild Hide Leder in Tan
- Sehr solide Verarbeitung
- Gute herausnehmbare Thermo-Einlegesohle
- Sehr guter Halt auf Schnee und weichem Boden
- Knickfalte nach zwölf Monaten noch wunderbar
- Ein echter Allrounder: vom Waldtag bis zum Einkaufen
- 100-Tage-Testlauf

Was mich stört oder was du wissen musst:

- **Der Preis:** rund 210 €. Das will ich nicht wegreden.
- Kein Schuh für strengen Frost, ab etwa -5 °C wird es zu kalt
- Schwacher Grip auf Eis und nassem Fels
- Im Tiefschnee kann hinten Schnee reinfallen
- Die oberen zwei Schnürhaken sind etwas schmal
- Leder braucht Pflege
- Für einen Barfußschuh relativ schwer

Tracker Winter SG vs. Tracker Forest ESC

Ich trage beide. Und zwar nacheinander, je nach Temperatur. Deshalb hier der direkte Vergleich:

Merkmal	Tracker Winter SG	Tracker Forest ESC
Wann ich ihn trage	unter ca. 5 °C	über ca. 5 °C
Hauptzweck	Winter, Kälte, Matsch, Schnee	Wald, Bushcraft, Querfeldein
Futter	Warm gefüttert + Thermo-Einlegesohle	Kein Wärmefutter
Wasserdicht	Ja (Membran, versiegelte Nähte)	Nein, nur wasserabweisend mit Pflege
Sohle	Soft Ground, 5,5 mm Chevron-Stollen	7 mm Michelin-Stollen
Grip im Gelände	Sehr gut auf weichem Boden und Schnee, schwach auf Eis und nassem Fels	Exzellent
Obermaterial	Wild Hide Leder	Wild Hide Leder
Gewicht (ca.)	585 g (Herstellerangabe, kleinere Referenzgröße)	525 g (Gr. 44)
Preis (ca.)	210 €	230 €

Meine Empfehlung:

- **Frühling bis Herbst, viel im Wald, Bushcraft?** → Tracker Forest ESC
- **Winter, Kälte, Nässe?** → Tracker Winter SG (dieser hier)
- **Ganzjährig draußen?** → Ehrlich gesagt: beide. Genau so mache ich es.

Welches Vivobarefoot-Modell passt zu dir?

Hier ein kurzer Überblick über alle Vivobarefoot-Schuhe, die ich selbst getestet habe:

Modell	Ideal für	Jahreszeit	Wetterschutz	Mein Test
Primus Lite IV	Stadt, Gym, Alltag	Frühling bis Herbst	Keiner	zum Test
Primus Trail Knit FG	Stadt, Wandern, Trails	Frühling bis Herbst	Keiner	zum Test
Tracker Forest ESC	Wald, Bushcraft, Querfeldein	Frühling bis Spätherbst	Wasserabweisend (mit Pflege)	zum Test

Modell	Ideal für	Jahreszeit	Wetterschutz	Mein Test
Tracker Winter SG	Winter, Matsch, Schnee	Winter (ab ca. 5 °C abwärts)	Wasserdicht, gefüttert	dieser Artikel

Was andere Tests sagen

Ich wollte wissen, ob andere Tester zu ähnlichen Ergebnissen kommen wie ich. Hier drei Tests zum Tracker Winter SG:

- Live For The Outdoors (englisch): Die Testerin hat den Tracker Winter SG drei Monate lang im Winter getragen. Warm bis etwa –6 °C, wasserdicht durch Moor und Bäche, gute Atmungsaktivität, bequem direkt aus der Box. Kritik: nicht steigeisenfest, sehr lange Schnürsenkel. Bewertung: 5 von 5.
- The Great Outdoors (englisch): Gute Traktion im Matsch, die Wasserdichtigkeit funktioniert, gutes Bodengefühl. Aber: nicht der wärmste Stiefel. Dicke Socken und ein flottes Tempo helfen. Kein technischer Winterschuh, aber eine „großartige Ergänzung“ für Barfuß-Wanderer.
- Andrew Folts (englisch): Er stand in einem gefrorenen Bach, ohne dass Wasser eindrang. Die Stollen greifen gut im Schnee, auch bergauf. Auf Glatteis und nassen Holzstegen dagegen kaum Halt. Mit zusätzlicher Einlegesohle und Merino-Zehensocken kam er unter null Grad gut zurecht.

Mein Abgleich: Wärme, Wasserdichtigkeit, Komfort ab dem ersten Tag und der schwache Grip auf Eis decken sich mit meinen Erfahrungen. Und auch die Testerin von *Live For The Outdoors* landet bei der Kältegrenze fast genau dort, wo ich sie sehe.



Für wen ist der Schuh – und für wen nicht?

? Kauf ihn, wenn:

- Du im Winter nicht auf Barfußgefühl verzichten willst
- Du im mitteleuropäischen Winter unterwegs bist, also zwischen etwa plus 5 und –5 °C
- Du oft bei Matsch, Nässe und Schneematsch draußen bist
- Du breite Füße hast oder deinen Zehen endlich Platz geben willst
- Du einen Allrounder suchst, der im Wald und in der Stadt funktioniert
- Du bereit bist, für Qualität und Wärme Geld auszugeben
- Du Leder magst und es pflegst

? Kauf ihn NICHT, wenn:

- Du regelmäßig bei strengem Frost unter –5 °C lange draußen bist
- Du viel auf Glatteis oder nassem Fels unterwegs bist
- Du vor allem im Tiefschnee wanderst und keine Gamaschen tragen willst
- Du einen Schuh für Frühling bis Herbst suchst, dann nimm den Tracker Forest ESC
- Du einen veganen Schuh möchtest
- Rund 210 € für dich gerade nicht drin sind (dann lohnt sich zumindest der Code MARTIN15)

Pflege – so hältst du ihn lange

- Nach dem Tragen groben Schmutz mit einer weichen Bürste entfernen
- Thermo-Einlegesohle rausnehmen und separat trocknen lassen
- Bei Raumtemperatur trocknen, **nicht** auf der Heizung
- Leder regelmäßig mit Lederbalsam oder Wachs pflegen, besonders nach Salz und Schneematsch
- Streusalz-Ränder zeitnah mit einem feuchten Tuch abwischen

Wie du Wanderschuhe richtig reinigst und imprägnierst, erkläre ich ausführlich in meinem Artikel Wanderschuhe reinigen und wasserdicht imprägnieren.



Mein Fazit nach 12 Monaten

Würde ich ihn wieder kaufen? **Ja.**

Ist er perfekt? **Nein.** Er ist nicht günstig. Er ist kein Schuh für die Arktis. Und auf Eis musst du aufpassen.

Aber im Winter **liebe ich diesen Schuh**. Ab fünf Grad abwärts ist er fast jeden Tag an meinen Füßen. Er ist warm gefüttert, er hält dicht, er sitzt perfekt. Meine Zehen haben vorne genau den Platz, den sie brauchen. Und die Knickfalte sieht nach zwölf Monaten noch aus wie neu.

Was ihn für mich so wertvoll macht: Ich bekomme **Wärme und Barfußgefühl gleichzeitig**. Lange dachte ich, das schließt sich aus. Entweder warme Füße in einem dicken Klotz. Oder Bodengefühl und kalte Zehen.

Dieser Schuh zeigt, dass beides geht. Zumindest so lange, bis das Thermometer deutlich unter null fällt.



Meine klare Empfehlung:

Wenn du im deutschen Winter draußen unterwegs bist, im Wald, in der Stadt, bei Matsch und Schneeregen, und nicht auf das Barfußgefühl verzichten willst: **Kauf ihn.** Mit dem Code MARTIN15 sparst du dauerhaft 15 %.

Wenn du regelmäßig bei strengem Frost lange draußen stehst oder viel auf Eis unterwegs bist: **Kauf ihn nicht.** Dann brauchst du einen anderen Schuh.

Mehr Ausrüstung, die ich wirklich nutze, findest du in meiner kompletten Wildnis-Ausrüstungsliste.

Und wenn du den Tracker Winter SG schon trägst: Schreib mir in die Kommentare, bis zu welcher Temperatur er dich warm hält.

Vivobarefoot Tracker Winter SG – Herren

- **Preis:** ca. 210 €
- **Farbe:** Tan (braun) oder Obsidian (schwarz)
- **Größen:** EU 40–49 (Herren)
- **100-Tage-Testlauf:** risikofreie Rückgabe möglich

→ Hier zum Vivobarefoot Tracker Winter SG

Hinweis: Affiliate-Link. Wenn du über diesen Link bestellst, unterstützt du meine Arbeit – ohne dass es dich mehr kostet.

? Spar 15 % mit meinem exklusiven Community-Code

Trag beim Checkout einfach **MARTIN15** ein und du bekommst dauerhaft 15 % Rabatt auf alle Vivobarefoot-Schuhe.

ACHTUNG: Bis 12.11.2026 gibts sogar 25 % Rabatt mit dem Code "SURVIVALKOMPASS25OFF".

→ Jetzt bestellen

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