BEKLEIDUNGS-RATGEBER

Fleeceweste

Eine ärmellose Jacke über Hemd oder Longsleeve, mit verstellbarem Saum an der Hüfte und Taschen, die Platz für eine gespreizte Hand bieten.

Outdoorberater
https://www.outdoorberater.de/outdoor-bekleidung/fleeceweste/
Stand: 07.10.2026
Herausgeber: Sammeltresor UG (haftungsbeschränkt), Füssen

Der Ratgeber wird laufend ergänzt — online steht immer die aktuelle Fassung.

Inhalt

1. Was genau ist eigentlich eine Fleeceweste?
2. Das sind die Einsatzgebiete der Fleeceweste
3. Wie unterscheiden sich die verschiedenen Fleecearten?
4. Welche Materialien kommen bei Fleecewesten zum Einsatz?
5. Haben Fleecewesten auch Nachteile?
6. Was muss ich bei der Wahl der Fleeceweste beachten?
7. Wie viel Geld muss ich für eine Fleeceweste investieren?
8. Die richtige Pflege von Fleecewesten

KURZ GESAGT

Die Fleeceweste ist eine **Isolationsschicht ohne Ärmel** — dafür ist sie gebaut: Sie wärmt den Rumpf, lässt die Arme aber frei beweglich und ungestaut. Das passt überall dort, wo der Oberkörper friert und die Arme arbeiten — beim Radfahren, beim Klettern, bei der Rast. Praktisch zählen zwei Details: ein **verstellbarer Saum an der Hüfte** und Taschen, in die eine gespreizte Hand passt.

Dieselbe Wärme am Rumpf wie der Fleecepullover, aber mit freien Armen — siehe die weiteren Bekleidung.

Völlig zu Recht ist Fleece eines der beliebtesten Materialien auf dem Outdoormarkt. Es ist **weich, kuschelig, warm und ganz nebenbei noch unglaublich funktional**. Kein Wunder also, dass man wohl kaum einen Menschen in Deutschland finden wird, der nicht mindestens ein Kleidungsstück aus Fleece in seiner Garderobe hortet. Besonders praktisch und vielseitig ist die Fleeceweste. Neben den bereits genannten Vorzügen bietet sie auch noch richtig **viel Bewegungsfreiheit und ist flexibel einsetzbar.**

Was genau ist eigentlich eine Fleeceweste?

Eine Fleeceweste ist eine ärmellose Jacke aus Fleece, die über einem anderen Kleidungsstück getragen wird. Im Outdoorsportbereich wird sie in der Regel mit einem Frontreißverschluss geöffnet und geschlossen. Fleecewesten bestehen aus Polyester und sind dementsprechend robust und strapazierfähig. Bezüglich Material und Schnittform können sich die Westen von Modell zu Modell unterscheiden. Einige Fleecewesten sind auch mit Kapuzen ausgestattet.

Gegenüber Baumwolle bietet Fleecematerial den Vorteil, dass es sich nicht mit Wasser vollsaugt. Somit behalten die Westen ihre **wärmenden Fähigkeiten auch im feuchten Zustand** weiter bei. Das Material ist außerdem **angenehm leicht** und wiegt deutlich weniger als Wolle. Maschinenwäschen sind bei Fleecewesten kein Problem. Bei richtiger Pflege bleiben Funktionalität und Aussehen auch bei häufigem Waschen in vollem Umfang erhalten. Ein weiterer Pluspunkt sind die s**chnelltrocknenden Fähigkeiten** von Fleece. Nach einem regnerischen Tag muss das Kleidungsstück lediglich für ein paar Stunden aufgehängt werden – schon ist es wieder trocken und einsatzbereit.

Doch das ist noch längst nicht alles. Outdoorsportler wissen besonders den **hohen Tragekomfort von Fleecewesten** zu schätzen. Anders als Wolle ist das Material sehr

sanft zur Haut. Auch wenn Sie beim Sport ins Schwitzen geraten, werden Sie kein Kratzen oder Jucken auf der Haut spüren. Last but not least bietet auch das **geringe Packmaß der Fleeceweste** einen großen Vorteil. Da sie sich leicht verstauen lässt und nicht zerknittert, ist sie der perfekte Begleiter auf Tagestouren, mehrtägigen Touren oder auch auf Reisen.

Das sind die Einsatzgebiete der Fleeceweste

Die Einsatzgebiete der Fleeceweste sind genauso vielseitig wie das Kleidungsstück selbst. Beim Outdoorsport wird sie in der Regel a**ls zweite oder dritte Schicht getragen**, beispielsweise über einem Baselayer oder einem Hemd. Dabei punktet die Fleeceweste ganz besonders mit ihrem geringen Gewicht: Das Material ist so leicht, dass es weder beim Tragen am Körper noch im Gepäck eine Belastung darstellt. **Fleece ist pflegeleicht, knittert nicht und verfügt über ein geringes Packmaß**. Die Westen sind somit auch für längere oder sogar mehrtägige Touren sowie auf Reisen sehr gut geeignet.

Fleecewesten werden besonders gerne im Frühjahr und im Herbst getragen. Wenn das Wetter wechselhaft ist, ist es immer ratsam, beim Outdoorsport eine zusätzliche Schicht Kleidung parat zu haben. Je nach Wetterlage kann diese dann spontan an- oder ausgezogen werden. Dabei halten **Fleecewesten den Körper nicht nur warm sondern schützen auch vor Wind und leichtem Regen**. Fleece bietet außerdem den Vorteil, dass es in unterschiedlicher Dicke erhältlich ist. Von dünn und leicht bis hin zu kuschelig warm ist somit für Jeden das Richtige dabei.

Die Fleeceweste leistet aber auch im Alltag gute Dienste. **Sie ist schnell übergezogen und eignet sich deshalb perfekt für Spaziergänge, Gartenarbeit oder auch den täglichen Weg ins Büro**. In den eigenen vier Wänden kommt sie ebenfalls nicht selten zum Einsatz: Das angenehme Fleecematerial ist quasi prädestiniert für einen gemütlichen Abend vor dem Kamin oder auf der Couch. Auch Eltern wissen die Vorteile von Fleecewesten zu schätzen: Der Nachwuchs ist schnell warm angezogen und das kuschelige Material ist sanft zur Kinderhaut.

INFOGRAFIK



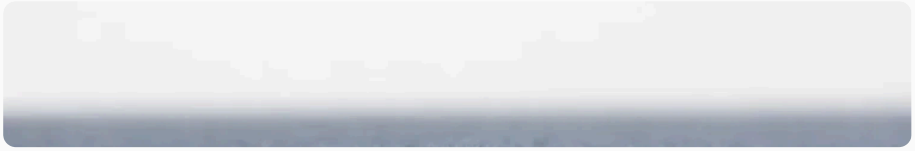
FLEECE

100, 200, 300: was die Zahlen bedeuten

Fleece wärmt nicht durch die Faser, sondern durch die Luft, die der aufgeraute Flor festhält. Deshalb hängt die Wärme direkt an der Florhöhe — und die hängt am Flächengewicht.

100er

Dünn, eng am Körper



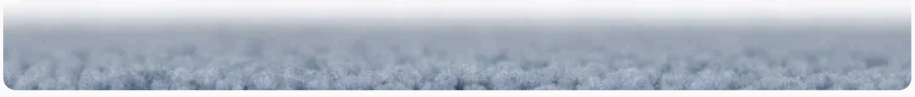
rund 100 g/m²

Wofür Als Baselayer oder unter der Schale, wo kein Volumen stört

Stört beim Gehen nicht, wärmt im Stand kaum

200er

Der Allrounder



rund 200 g/m²

Wofür Die übliche Zwischenschicht — das, was die meisten „Fleecejacke" nennen

Wärmt spürbar und lässt sich noch bewegen

300er

Dick und schwer



rund 300 g/m²

Wofür Im Stand und in echter Kälte; beim Gehen meist zu warm

Trägt deutlich auf, braucht Platz unter der Schale

Fleece ist Maschenware — gestrickt, nicht gewebt. Nach dem Stricken wird die Oberfläche mechanisch aufgeraut; dabei entsteht die Florschicht aus abstehenden Faserenden. Das Rohmaterial ist fast immer Polyester, häufig aus recycelten Flaschen.

Die Einteilung stammt von Polartec und ist keine Norm — aber eine verlässliche Größenordnung, die heute gattungsweit benutzt wird, auch wenn auf dem Etikett eine andere Marke steht. Was sie nicht sagt: wie winddicht das Fleece ist. Offener Flor lässt Wind glatt hindurch, und daran ändert auch ein hohes Flächengewicht nichts.

Mit KI-Unterstützung erstellt *Schematische, nicht maßstabsgetreue Darstellung.*

Mehr dazu: Fleecejacke · Polartec

Wie unterscheiden sich die verschiedenen Fleecearten?

Ob kalte Herbsttage oder schweißtreibender Outdoorsport – für alle Bedürfnisse gibt es die passende Fleeceweste. Wer auf der Suche nach einem leichten Kleidungsstück zum überziehen ist, dürfte mit dünnem Fleece am besten beraten sein. Das Materialgewicht liegt hier zwischen 100 g und 200 g/ m2 (100er-Fleece). Mitteldicker Fleece verfügt über 200 bis 300 g/m2 (200er-Fleece). Die Produktbeschreibung und das Herstelleretikett geben Aufschluss darüber, wie viel das Material auf die Waage bringt. **Im Outdoorsportbereich sind 100er- und 200er-Fleece besonders beliebt**.

Kleidungsstücke aus 300er-Fleece sind eher für den Winter und den Alltag geeignet. Für kalte Tage bietet sich auch Polartec ThermalPro an. Das **200er-Fleece ist besonders eng gewebt und hält somit extrem warm**. Alternativ können Sie auch zu hochflorigem Fleece greifen, wenn Sie sich eine Fleeceweste mit hoher

Wärmeleistung wünschen. Dieses ist trotz niedrigem Gewicht sehr dick und kann dadurch besonders viel warme Luft speichern.

Stretchfleece nimmt eine Sonderstellung ein und ist besonders für Sportarten geeignet, die dem Material jede Menge Flexibilität abverlangen. Beliebt sind beispielsweise Fleecewesten aus Power Stretch, die sich durch ihre glatte Oberfläche auszeichnen. Diese hat den Vorteil, dass sich Hardshell- und Softshelljacken unkompliziert überziehen lassen. Für den Alltag gibt es außerdem gestricktes Fleecematerial. Bei diesem sogenannten Strickfleece ist die Außenseite gestrickt, was der Weste einen besonders modischen Touch verleiht.

Welche Materialien kommen bei Fleecewesten zum Einsatz?

Fleece wird aus Polyesterfasern hergestellt – es handelt sich dementsprechend um ein synthetisches Material (Kunstfaser). Bei vielen Produkten werden zusätzlich Gummifasern wie Elastan oder Spandex verarbeitet. Diese sorgen dafür, dass das Material in alle Richtungen gedehnt werden kann. Die genaue Materialzusammensetzung kann sich allerdings von Modell zu Modell stark unterscheiden. Somit gibt es auf dem Markt mittlerweile eine große Auswahl von Fleecewesten, die für verschiedenste Bedingungen geeignet sind. Einige verfügen beispielsweise über stark wärmende Eigenschaften und sind fast komplett winddicht. Andere wiederum bestehen aus besonders leichtem Microfleece und eignen sich perfekt für bewegungsintensive Sportarten.

Anhand der Produktbeschreibung und des Herstelleretiketts kann man leicht bestimmen, für welche Bedingungen die Fleeceweste geeignet ist. Etwas schwieriger wird es dagegen bei der Einschätzung der Qualität. Denn leider entpuppen sich einige Materialien erst nach mehreren Waschgängen als minderwertig. Die Fleeceweste sieht dann schnell abgenutzt aus und bildet Knötchen (Pilling). In einigen Fällen beginnt das Material sogar zu kratzen. **Informieren Sie sich deshalb vor dem Kauf gründlich über den Hersteller, die Produkteigenschaften und die Erfahrungen**, die andere Konsumenten mit dem Kleidungsstück gemacht haben. Hochwertiges Fleecematerial verfügt über gute isolierende Fähigkeiten sowie eine hohe Atmungsaktivität. Auch nach mehreren Waschgängen sieht das Material zudem noch hochwertig aus und fühlt sich angenehm auf der Haut an.

Haben Fleecewesten auch Nachteile?

Tatsächlich haben Fleecewesten auch einige Nachteile. Denn obwohl wir die flauschige Oberfläche sehr schätzen, ist sie ein wenig **anfällig für Abrieb**. Dauerhafte mechanische Belastung durch schwere Rucksäcke kann dem Material deshalb schaden. Nur wenige Fleecewesten auf dem Markt sind rucksacktauglich. Sie sind mit einer speziellen Oberfläche ausgestattet und entsprechend gekennzeichnet. **Ein**

Minuspunkt sind auch die unangenehmen Gerüche, die immer dann entstehen können, wenn Sie beim Sport oder im Alltag ins Schwitzen geraten. Wer lange Haare hat, könnte auch die **statische Aufladung** des Materials als störend empfinden.

In der Summe überwiegen dennoch die Vorteile der Fleeceweste: **Ihr geringes Gewicht und Packmaß, die Hautfreundlichkeit** und die vielen Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Kleidungsstücken, wie beispielsweise Hardshell– oder Softshelljacken sowie Hemden und Longsleeves. Pluspunkte bekommt die Fleeceweste außerdem für ihre **schnelltrocknenden Fähigkeiten, die hohe Atmungsaktivität und die effektive Isolation**. Das robuste Fleecematerial ist außerdem **pflegeleicht** und büßt auch nach vielen Maschinenwäschen nicht an Form und Funktionalität ein.

Was muss ich bei der Wahl der Fleeceweste beachten?

Auf der Suche nach der richtigen Fleeceweste sollten Sie sich zuerst die Frage stellen, **in welchen Bedingungen das Kleidungsstück vorrangig zum Einsatz kommen soll**. Für wärmere und moderate Temperaturen ist 100er-Fleece am besten geeignet. Bei kaltem Wetter und für gemütliche Abende in den eigenen vier Wänden bietet sich 200er- oder sogar 300er-Fleece an. Alternativ können Sie auch zu Polartec greifen. Vergessen Sie aber nicht, auch die anderen Ausstattungsdetails unter die Lupe zu nehmen.

Reißverschlüsse und Taschen

Fleecewesten verfügen in der Regel über einen durchgehenden **Frontreißverschluss. Achten Sie beim Kauf darauf, dass dieser windabweisend ist**. Einige Hersteller hinterlegen den Zipper auch mit einer Platte, um die Isolation zu gewährleisten. Testen Sie außerdem, ob der Reißverschluss leichtgängig ist und sich gegebenenfalls auch mit Handschuhen problemlos öffnen lässt.

Die Fleeceweste sollte mit **mindestens zwei Seitentaschen** ausgestattet sein, sodass wichtige Kleinigkeiten unterwegs verstaut werden können. Vorteilhaft sind Taschen, die sich mit einem Reißverschluss verschließen lassen. In jedem Fall müssen sie aber genügend Platz für eine gespreizte Hand bieten. Die Taschen einiger Modelle sind mit Netzfutter ausgekleidet, was für zusätzliche Belüftung sorgt.

Kapuze, Kragen und Passform

Nicht alle Fleecewesten sind mit einer Kapuze ausgestattet. Sie kann aber dann **praktisch sein und als zusätzlicher Wind- und Kälteschutz** dienen, wenn die Weste regelmäßig als oberste Schicht getragen wird. Wenn Sie die Fleeceweste dagegen in Kombination mit einer Hard- oder Softshelljacke tragen möchten, könnte Sie eine

Kapuze eher stören. In diesem Fall ist ein Stehkragen eine gute Alternative, der Nacken und Hals zusätzlich wärmt.

Achten Sie beim Anprobieren darauf, dass die Fleeceweste nicht zu eng anliegt. Ein Hemd bzw. Longsleeve sollte problemlos unter dem Kleidungsstück Platz finden. Zu weit sollte die Weste aber auch nicht sitzen, denn dann kann sie ihre volle Funktionalität nicht mehr entfalten. Praktisch ist auch ein **verstellbarer Saum** an der Hüfte, der als zusätzlicher Kälteschutz dient.

Wie viel Geld muss ich für eine Fleeceweste investieren?

Qualitativ hochwertige Fleecewesten sind bereits ab rund 30 Euro erhältlich. Dagegen gibt es aber auch Modelle von namhaften Herstellern, die 150 Euro und mehr kosten. Selbstverständlich sind die günstigeren Modelle nicht automatisch minderwertiger. Orientieren Sie sich beim Kauf aber dennoch nicht ausschließlich am Preis. Denn wenn dieser auffallend niedrig liegt, könnte es sich um minderwertiges Polyester handeln. Auf den ersten Blick fällt dies nicht auf. Nach einigen Waschgängen wird die Fleeceweste allerdings abgenutzt aussehen, an Form verlieren und Knoten bilden.

Die richtige Pflege von Fleecewesten

Die gute Nachricht zuerst: **Fleecewesten sind sehr pflegeleicht und können ohne Probleme in der Maschine gewaschen werden**. Lesen Sie sich trotzdem die Anweisungen auf dem Pflegeetikett durch, das im Inneren der Weste eingenäht ist. Vor der Wäsche sollten Sie die **Fleeceweste auf links drehen und alle Klettverschlüsse und Reißverschlüsse schließen** – auf diese Weise wird das Material bestmöglich geschont. Grundsätzlich sollte **die Wassertemperatur 30 Grad nicht übersteigen**.

Idealerweise sollten Sie Ihre Fleeceweste mit Spezialwaschmittel für Funktionsbekleidung behandeln, das im Drogeriemarkt oder im Fachhandel erhältlich ist. Greifen Sie andernfalls zu einem **milden Flüssigwaschmittel und verwenden Sie dieses sparsam**. **Der Trockner ist für Fleecematerial immer tabu – genauso wie der Schleudergang.** Wählen Sie aber ein Waschprogramm, das nach der Wäsche gründlich nachspült.

KURZ GEMERKT

Tragen Sie die Weste **über Hemd oder Langarmshirt** und unter der Außenjacke — als oberste Schicht lässt sie die Arme ungeschützt. Prüfen Sie den **Saumzug an der Hüfte**: Ohne ihn zieht kalte Luft von unten ein, und genau das soll die Weste verhindern.