SCHLAFSACK-RATGEBER

Biwacksack

Der Biwacksack als winddichte Hülle über dem Schlafsack: ohne atmungsaktive Membran entsteht Kondenswasser, und eine Rettungsdecke ersetzt ihn nicht.

Outdoorberater
https://www.outdoorberater.de/schlafsack/biwacksack/
Stand: 07.10.2026
Herausgeber: Sammeltresor UG (haftungsbeschränkt), Füssen

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

Inhalt

1. Anforderungen an einen Biwaksack
2. Allgemeines zum Biwak
3. Die drei Bauarten und ihre Einsatzgrenzen
4. Kondenswasser: das eigentliche Thema
5. Was unter dem Biwaksack liegen muss
6. Den Platz auswählen — das ersetzt beim Biwak die Ausrüstung
7. Rechtslage und Rücksicht
8. Das Gewicht gegen ein Zelt gerechnet
9. Was in der Notfallhülle bleibt

KURZ GESAGT

Unter demselben Namen werden **drei verschiedene Dinge** verkauft: die **Notfallhülle** von wenigen hundert Gramm, der **atmungsaktive Biwaksack** für das geplante Biwak und das **Biwakzelt** mit Bogen. Das eigentliche Thema der Gattung ist aber keines davon, sondern das **Kondenswasser**: Der Wasserdampf des Schläfers schlägt sich an der kälteren Innenwand nieder und landet in der Füllung. Deshalb gehört eine einfache Folienhülle nicht mit einem Daunenschlafsack zusammen.

Ein Biwaksack ist eine **winddichte und zumeist wasserdichte Hülle für den Schlafsack** und für das Nächtigen unter freiem Himmel unverzichtbar, um den Schlafsack und den Schläfer zu schützen und zusätzlich zu wärmen. Ein Biwaksack gehört bei Trekking- und vor allem Hochtouren auf jeden Fall ins Gepäck und kann bei längeren Touren auch als Zeltersatz zum Einsatz kommen.

Bei Bergtouren sind Biwaksäcke unverzichtbar, da sie es den Bergsteigern ermöglichen, bei einem Wetterumschwung oder anderen Ereignissen ein Nachtlager zu errichten. Ein Schlafsack alleine würde nicht ausreichend Wetterschutz und oft auch nicht genügend Wärmeleistung bieten. Auch bei Unfällen, im Gebirge, kann der Biwaksack eingesetzt werden, um den Verletzten zu wärmen und ihm Schutz zu bieten, bis die Rettung eintrifft.

Anforderungen an einen Biwaksack

Ein Biwaksack sollte als Mindestanforderung winddicht sein und vor Feuchtigkeit schützen, um den Schläfer über Nacht vor dem Auskühlen zu bewahren. Zudem soll ein Biwaksack ein möglichst geringes Gewicht und Packmaß aufweisen.

Wer seinen Biwaksack als Zeltersatz nutzen möchte bzw. bereits absehen kann, dass er ihn oft im Freien einsetzen wird, sollte auf wasserdichte Modelle achten und auf den Einsatz einer atmungsaktiven Membran, zudem sollte der Biwaksack auf jeden Fall eine Kapuze aufweisen. Ist die verwendete Membran nicht atmungsaktiv, kommt es im Inneren zu Kondenswasserbildung, wodurch der Schlafsack feucht und die Wärmeleistung reduziert wird.

Einfache Biwaksäcke sind aus wasserdichtem Kunststoff hergestellt, wodurch sie leicht und preisgünstig, aber nicht atmungsaktiv sind. Für Wintereinsätze sind solche einfachen Modelle nicht geeignet, und wenn sie an mehreren Nächten hintereinander zum Einsatz kommen sollen, muss sichergestellt sein, dass der Schlafsack tagsüber

ausreichend gelüftet und getrocknet werden kann. Vor allem in Kombination mit Daunenschlafsäcken sind diese einfachen Biwaksäcke nicht empfehlenswert, da Daunen feuchtigkeitsempfindlicher sind als Kunstfaserschlafsäcke und in der Wärmeleistung stark nachlassen, wenn die Daunen feucht werden und verklumpen.

Aufwendigere Biwaksäcke bestehen daher aus einer **dampfdurchlässigen Membran**, wie zum Beispiel Gore-Tex, oder einem Laminat. Diese Materialien lassen die Feuchtigkeit aus dem Inneren nach außen entweichen, sind aber dennoch wasserdicht gegen von außen eindringende Nässe. Ein solcher Komfort schlägt sich allerdings auch im Preis nieder.

Neben reinen Biwaksäcken gibt es auch Biwakzelte. Dabei befindet sich am Biwaksack ein kleiner zeltartiger Aufbau, der Kopf und Gesicht vor Regen und Wind schützt, oder auch vor Moskitos, wenn ein Moskitonetz integriert ist. Das Biwakzelt bietet also mehr Schutz als ein schlichter Biwaksack, benötigt aber weniger Platz als ein Zelt und spart Gewicht. Allerdings sind solche Biwakzelte oft teuer.

INFOGRAFIK



Einfache Hülle

Ohne Gestänge



liegt direkt auf

> Der Stoff liegt dem Schlafsack direkt an. Das spart Gewicht und Packmaß — und bringt das Gewebe genau dorthin, wo die Atemfeuchte kondensiert.

DAFÜR Leichtestes Packmaß, Notfallreserve, kurze Nächte

Mit Kopfgestänge

Ein Bogen hält den Stoff ab



> Der Bogen hält den Stoff vom Gesicht ab. Darunter entsteht ein Luftraum, in dem die Atemfeuchte abziehen kann, statt sich am Gewebe niederzuschlagen.

DAFÜR Längere Nächte, feuchtes Wetter, Schlaf statt Überdauern

Die dritte Bauart ist das Zeltbiwak mit zwei oder drei Bögen — es ist kein Biwaksack mehr, sondern ein sehr kleines Zelt, und es wiegt entsprechend. Die Grenze verläuft dort, wo man sich aufsetzen kann: Was das erlaubt, ist ein Zelt.

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

Mehr dazu: Taupunkt · Schlafsackformen

Allgemeines zum Biwak

Ein Biwak sollte immer an einer windgeschützten Stelle aufgebaut werden, da Wind stark auskühlt. Zudem sollte möglichst eine Isolation nach unten erfolgen, da der Wärmeverlust hier sehr hoch ist. Wer keine Isomatte mit sich führt, kann den Rucksack, Seile, Äste oder sonstige verfügbare Materialien verwenden, um sich zu schützen. Auch an den Kontaktflächen zwischen dem Biwakierenden und dem

Biwaksack, zum Beispiel am Knie und an den Schultern, wird es schnell kalt. Hier sollten möglichst dicke Kleidungsschichten oder auch Gegenstände zum Einsatz kommen, um einen direkten Kontakt zur Haut zu verhindern.
Ein Biwaksack ist im Übrigen nicht mit einer einfachen Rettungsdecke zu vergleichen. Eine solche Rettungsdecke ist nicht robust genug und bildet keine geschlossene Hülle, wodurch kein wärmendes Luftpolster aufgebaut werden kann.

Die drei Bauarten und ihre Einsatzgrenzen

Unter demselben Namen werden drei verschiedene Dinge verkauft, die sich im Gewicht um den Faktor zehn und im Einsatzbereich grundlegend unterscheiden. Wer das verwechselt, kauft für den Notfall ein Stück Folie oder trägt für eine Tageswanderung ein Zelt mit.

Die Notfallhülle ist eine einfache, nicht atmungsaktive Hülle aus beschichtetem Gewebe oder Folie, wiegt wenige hundert Gramm und kostet wenig. Sie ist für den einmaligen, ungeplanten Einsatz gedacht: Wetterumschwung, Unfall, Verletzter, der bis zum Eintreffen der Rettung warm gehalten werden muss. In ihr bildet sich innerhalb kurzer Zeit Kondenswasser, weil der Wasserdampf des Körpers nicht entweichen kann. Für eine Nacht ist das hinnehmbar, für zwei nicht.

Der atmungsaktive Biwaksack hat eine Membran und lässt einen Teil des Wasserdampfs nach außen. Er wiegt mehr, ist deutlich teurer und für den geplanten, wiederholten Einsatz gemacht — als leichte Alternative zum Zelt bei Touren, auf denen man unter freiem Himmel schläft.

Das Biwakzelt ist ein Biwaksack mit einem oder zwei kurzen Bögen, die das Material vom Gesicht weghalten. Das löst das unangenehmste Problem der einfachen Hülle und bringt es gewichtsmäßig in die Nähe eines leichten Einpersonenzelts — dann ist die Frage berechtigt, ob nicht ein Zelt die bessere Wahl ist.

Kondenswasser: das eigentliche Thema

Ein Mensch gibt im Schlaf eine erhebliche Menge Wasserdampf ab. **In einer geschlossenen, nicht atmungsaktiven Hülle kondensiert dieser Dampf an der Innenwand, sobald sie kälter ist als die Innenluft** — und sie ist es fast immer, weil außen die Nachtluft steht.

Das Wasser läuft dann an der Innenwand herunter und sammelt sich dort, wo der Schlafsack sie berührt. Bei einer Daunenfüllung ist das der schlechteste denkbare Fall: Nasse Daune verklumpt, verliert ihr Volumen und damit ihre Isolationswirkung — genau in der Nacht, in der sie gebraucht wird. Deshalb gehört eine einfache Folienhülle nicht mit einem Daunenschlafsack zusammen, und deshalb ist die Kombination Daunenschlafsack plus atmungsaktiver Biwaksack die übliche Lösung für geplante Biwaks.

Gegen Kondenswasser hilft außerdem dreierlei, unabhängig von der Bauart: den Reißverschluss oder die Öffnung nicht vollständig schließen, sodass ein Luftwechsel möglich bleibt; den Kopf außerhalb der Hülle lassen, weil die Atemluft den größten Teil des Dampfes trägt; und morgens die Hülle umgehend auf links wenden und abtrocknen, bevor sie zusammengelegt wird.

Was unter dem Biwaksack liegen muss

Dieser Punkt wird am häufigsten unterschätzt, und er ist bei einem Biwak wichtiger als bei jeder anderen Übernachtungsform: **Ohne Zeltboden und ohne Zeltinnenraum liegt der Schläfer unmittelbar über dem Boden, und der Boden führt Wärme viel schneller ab als Luft.**

Die Isolation nach unten übernimmt vollständig die Isomatte, weil die Schlafsackfüllung unter dem Körpergewicht zusammengedrückt wird und keine Luft mehr speichert. Welcher R-Wert dafür nötig ist, hängt an der Bodentemperatur und nicht an der Lufttemperatur — bei einem Biwak auf Schnee oder Fels liegt sie deutlich unter dem, was das Thermometer in Kopfhöhe anzeigt.

Praktisch heißt das: **Beim Biwak wird die Matte eher größer gewählt als beim Zelten, nicht kleiner.** Eine kurze Matte, die bis zur Hüfte reicht, lässt die Beine auf dem kalten Boden — im Zelt mit Innenraum verzeihlich, im Biwaksack nicht.

Den Platz auswählen — das ersetzt beim Biwak die Ausrüstung

Beim Zelten ist der Platz eine Komfortfrage, beim Biwak die wichtigste Entscheidung des Abends. Vier Dinge entscheiden mehr als jede Materialwahl.

Nicht in der Senke. Kalte Luft ist schwerer und sammelt sich in Mulden und Talböden; der Temperaturunterschied zu einer leichten Erhebung wenige Meter daneben kann mehrere Grad betragen. Dasselbe gilt für die Nähe von Gewässern, wo zusätzlich die Luftfeuchtigkeit höher ist.

Windschatten, aber keine Rinne. Ein Felsblock oder eine Geländekante nimmt den Wind und damit den größten Wärmeverlust. Rinnen und Scharten dagegen wirken als Düse und sind die schlechtesten Plätze überhaupt, auch wenn sie geschützt aussehen.

Kein Wasser von oben und von der Seite. Der Platz muss so liegen, dass bei nächtlichem Regen kein Wasser zufließt. Eine flache Erhebung ist einer windstillen Mulde vorzuziehen, auch wenn sie unbequemer ist.

Objektive Gefahren prüfen, bevor es dunkel ist. Steinschlagbahnen, Wechten, Lawinenhänge, bei Bäumen abgestorbene Äste. Das ist der Teil der Platzwahl, der bei Tageslicht erledigt sein muss — im Dunkeln lässt er sich nicht nachholen.

Rechtslage und Rücksicht

Zum Biwakieren gehört die Frage, ob es erlaubt ist, und die Antwort ist nicht einheitlich. Sie hängt vom Land, vom Bundesland und oft vom Schutzstatus der Fläche ab; in Schutzgebieten und auf eingefriedeten Flächen gilt regelmäßig ein Verbot, während anderswo die ungeplante Notübernachtung anders behandelt wird als das geplante Zelten.

Weil sich das nicht pauschal beantworten lässt, gehört die Prüfung für das konkrete Gebiet zur Tourenplanung — **und zwar vorher, nicht am Abend**. Unabhängig von der Rechtslage gilt für die Praxis: spät aufbauen, früh abbauen, keine Spuren, keine Feuerstelle, Abfall vollständig mitnehmen. Ein Biwak, das am Morgen nicht erkennbar ist, ist der Grund, warum Biwakieren vielerorts geduldet wird.

Das Gewicht gegen ein Zelt gerechnet

Der Biwaksack gilt als die leichte Lösung, und bei der Notfallhülle stimmt das unstrittig — ein paar hundert Gramm für den Fall, dass die Tour anders endet als geplant. Bei den aufwendigeren Bauarten lohnt die Gegenrechnung.

Ein atmungsaktiver Biwaksack liegt gewichtsmäßig in der Nähe eines leichten Einpersonenzelts, ein Biwakzelt mit Bogen oft darüber. Dafür bekommt man beim Zelt einen Innenraum, in dem Ausrüstung trocken liegt, eine Apsis für nasse Schuhe und deutlich weniger Kondenswasser am Schlafsack. Umgekehrt braucht der Biwaksack keinen ebenen Stellplatz und keine Heringe — auf Fels, in der Wand oder auf einem schmalen Band ist er die einzige Möglichkeit.

Die Entscheidung läuft deshalb nicht über das Gewicht, sondern über das Gelände: **Wo ein Zelt aufgebaut werden kann, ist es meist die bessere Wahl. Wo nicht, ist der Biwaksack keine Alternative, sondern die Voraussetzung.**

Was in der Notfallhülle bleibt

Für den Einsatz als Notfallausrüstung gehört ein Hinweis dazu, der sich nicht aus dem Datenblatt ergibt: **Eine Notfallhülle wirkt nur, wenn zwischen Körper und Hülle eine isolierende Schicht liegt.** Die Hülle selbst hält Wind und Nässe ab, isoliert aber praktisch nicht.

Bei einem Verletzten heißt das: Erst Isolation unter und um die Person — Kleidung, Rucksack, Seil, Matte —, dann die Hülle darüber. Wer die Hülle direkt um die Person

legt und sie auf den kalten Boden setzt, verliert die Wärme über den Boden, und zwar schneller als über die Luft. Dieselbe Reihenfolge gilt für die eigene unfreiwillige Nacht: Was isoliert, kommt nach unten, die Hülle nach außen.

KURZ GEMERKT

Die Notfallhülle gehört bei Bergtouren ins Gepäck, weil sie wenig wiegt und den Fall abdeckt, dass die Tour anders endet als geplant. Der atmungsaktive Biwaksack ist eine Entscheidung für das Gelände, nicht für das Gewicht. Und in beiden Fällen gilt: Isolation nach unten zuerst, Hülle nach außen.