



ZELT-RATGEBER

Zeltheringe

Geriffelte Heringe halten nicht besser als glatte: gleiche Auszugskraft, Belastungsgrenze aber bei 726 statt 1.134 kg. Dazu Titan, V-Profil und Einbindetiefe.

Outdoorberater

<https://www.outdoorberater.de/zelt/zeltzubehoer/zeltheringe/>

Stand: 07.10.2026

Herausgeber: Sammeltresor UG (haftungsbeschränkt), Füssen



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

Inhalt

1. Zeltheringe für die verschiedenen Böden und Untergründe
2. Zeltheringe nach Bauart-Typen
3. Tabelle der Herings-Varianten im Überblick
4. Zeltheringe: Vier Grundmaterialien zu Auswahl
5. Premium-Hersteller von Zeltheringen
6. Reinigung von Zeltheringen
7. Sinnvolles Zubehör von Zeltheringen
8. Zu guter Letzt: Bloß nicht geizen und genügend Heringe anschaffen

⚡ KURZ GESAGT

Form, Material und Länge unterscheiden Zeltheringe — und eine verbreitete Annahme stimmt dabei nicht: **Geriffelte Heringe halten nicht besser als glatte.** Gemessen ist die Auszugskraft gleich, die Belastungsgrenze liegt bei **726 statt 1.134 Kilogramm** — die Riffelung schwächt den Hering, ohne ihn besser halten zu lassen. Was tatsächlich zählt, ist die **Einbindetiefe und die Passung zum Boden:** Für weichen Grund das V-Profil, für Fels der Nagel.

726 kg

Belastungsgrenze eines geriffelten Herings

1.134 kg

Belastungsgrenze desselben Herings ohne Riffelung



Oft sind es die eher unscheinbaren Outdoor-Ausrüstungsgegenstände, die für ein gelungenes Outdoor-Erlebnis verantwortlich sind – dazu gehören ohne Frage auch Zeltheringe. Normalerweise gehören sie bei jedem Zelt, ob nun [Tunnelzelt](#), [Geodätzelt](#) oder [Kuppelzelt](#), zum mitgelieferten Zelt-Zubehör. Aber es gibt sie für die **verschiedenen Einsatzarten des Zeltes oder beim Camping in sehr unterschiedlichen Ausführungen, Materialien und Bauweisen.** Idealerweise ergänzen sie die zum Zelt gehörigen Zeltheringe nach und nach durch weitere Varianten, um das Einsatzspektrum des Zeltes zu erweitern. Generell sind die Zeltheringe, die beim Kauf im Set dabei sind, aus Metall oder Kunststoff gefertigt, in der einfachsten Version sind sie aus Stahl und gleichen in der Form Nägeln für das Aufhängen von Bildern, sind also mit einem geraden oder gebogenen „Kopf“ versehen, der durch eine Biegung des Zeltherings entsteht. Aber es gibt auch

„Hightech-Zelthering-Varianten aus Spezialmaterial wie gehärtetem Stahl, aus Kunststoff, Heringe zum Schrauben sowie Zeltnägel für extrem harte Bodenarten.

Zeltheringe für die verschiedenen Böden und Untergründe

Die Wahl der geeigneten Zeltheringe bestimmt in erster Linie die Bodenart.

Weiche Böden wie Wiesen erfordern kaum mehr als Standard-Heringe, während die Gipfelüberschreitung im Gebirge ohne Spezial-Heringe kaum zu bewältigen ist.

Zeltheringe für weiche Böden



Für den Campingurlaub auf dem Campingplatz, eine Übernachtung im Zelt auf der Wiese des nächstgelegenen Bauernhofs oder für einen Kurzurlaub am Wasser in Ufernähe ist mit **eher weichen Böden** zu rechnen. Um dem Zelt hier genügen Bodenverbindung zu beschaffen, genügt in der Regel ein **Standard-Zelthering**. Bevorzugte Materialien sind Alu, Blech oder Kunststoff, die Zeltheringe werden mit einem Gummihammer ohne große Gewalt ins Erdreich getrieben. Hierfür eignen sich Zeltheringe aus Aluminium, Kunststoff oder Blech gleichermaßen, als Formen kommen Heringe in runder Stiftform (Zeltnägel, die meist als Standard zur Zeltausstattung gehören), V-Profil-Heringe, U-Profil-Varianten oder breite, gerade Formen in Betracht.

Ist der **Untergrund sehr sandig**, sind besonders **lange Sandheringe** ratsam, da nur durch tiefes Eindringen der Heringe genügend Stabilität erreicht wird. Sandheringe sind oftmals nicht nur länger als Standardheringe, sondern auch mit Löchern versehen. Das spart nicht nur Gewicht, sondern sorgt dafür, dass sich in den Löchern Sand oder weiche Erde festsetzt und so zusätzliche Stabilität entsteht. Ebenso gebräuchlich für weiche Böden und Sand sind sogenannte geriffelte Heringe, die über ein Profil über die gesamte Länge verfügen und sich damit angeblich im Untergrund „festbeißen“ — dafür gibt es keinen messbaren Unterschied in der Auszugskraft. Der Pocket Guide „Pullout Capacity of Tent Stakes“ (Tent Rental Division of IFAI, Messreihe der University of Illinois) hat beide Bauarten nebeneinander ausgezogen und hält als Ergebnis fest: „Ribbed vs. Smooth Stake: Results of the testing program showed no significant difference in pullout capacity.“ Der Absatz geht aber weiter, und diese Hälfte fehlt in jeder Produktbeschreibung: „However, structural yielding in the ribbed stakes occurred at pullout loads lower than the smooth steel stakes ... Accordingly, the pullout capacity of ribbed stakes should be limited to a pullout capacity no greater than 726kgs (1600 lbs).“ Der geriffelte Hering hält im Boden also gleich gut und **verformt sich früher**: Die Belastungsgrenze liegt bei 726 statt 1.134 kg. Was stattdessen zählt, ist die Einbindetiefe und eine Querschnittsform, die das Verdrehen

unter Zug verhindert — ein Y- oder V-Profil hält den Hering an Ort und Stelle, ein runder Stift dreht sich mit.

Zeltheringe für harte Böden

Im Mittelgebirge oder in den Alpen lässt es sich oft nicht vermeiden, das **Zelt auf felsigem oder steinigem Untergrund** aufzubauen. Hier machen die „Serienheringe“ aus Aluminium, Stahl oder Kunststoff schlapp. Sie würden durch starken Einsatz eines Hammers brechen oder sich verformen und sind dann völlig unbrauchbar. Für harten Untergrund eignen sich vor allem **Zeltnägel aus Stahl oder in der Luxusausführung Titan oder Carbon**. Sie sind hart genug, um sie mit einem Hammer in das steinige Erdreich zu treiben und halten auch bei starkem Wind das Zelt am Boden fixiert. Für sehr extreme und lange Touren im Gebirge ist die Investition in Titan-Zeltheringe absolut empfehlenswert, wenn sie auch die teuersten sind, die überhaupt zu bekommen sind.



Zeltheringe für extrem harte Böden



Im **hochalpinen Gelände** kommt als Untergrund des Zelts oftmals ausschließlich der Blanke Fels in Frage. Hier brauchst Du herkömmliche Zeltheringe gar nicht erst aus dem Rucksack zu kramen. Für die Fixierung am Fels gibt es **Stahl- oder Titan-Zeltnägel**, die mit einem massiven Metallhammer eingetrieben werden müssen. **Noch mehr Stabilität bringen Stahl- oder Titan-Zeltnägel mit Gewinde**, die Du dann mit einem Spezialwerkzeug in den Fels einschraubst. Der Nachteil liegt darin, dass zusätzliches Montagezubehör mitgeführt werden muss und dass der

Zeltaufbau entsprechend lang dauert.

Zeltheringe für Schnee und Sand

Schneeheringe oder **Sandheringe** sind sehr leicht, dafür aber voluminöser als Sommer-Heringe. So finden sie auch in frischen Schneedecken noch genügend Halt, da sie dem Schnee viel Angriffsfläche bieten. In der Regel weisen sie ein Profil auf

und sind am Schaft perforiert, so kann der Schnee der unteren Schichten in die Löcher eindringen und hier festfrieren, was mehr Stabilität bringt.



INFOGRAFIK



OUTDOOR
BERATUNG UND
RATGEBER

AUFBAU

Warum der Winkel über den Halt entscheidet

Nicht das Gestänge trägt ein Zelt im Sturm, sondern die Heringe. Und bei ihnen entscheidet nicht die Länge über den Halt, sondern der Winkel, in dem sie im Boden stecken.



Senkrecht gesteckt

Die Leine zieht quer



Die Leine zieht quer zum Hering und hebelt ihn. Die Erde vor ihm gibt nach, er kippt — und reißt schließlich aus, lange bevor der Boden es müsste.

BEI WIND Gibt bei Böen als Erstes nach



Schräg vom Zelt weg

Die Leine zieht in der Achse



Der Zug läuft fast in der Achse des Herings. Statt ihn zu hebeln, zieht die Leine ihn gegen die ganze Erdsäule über ihm — und die hält deutlich mehr aus.

BEI WIND Hält, bis der Boden selbst nachgibt

Daraus folgt auch, was bei weichem Untergrund hilft: nicht ein längerer Hering im falschen Winkel, sondern ein breiterer im richtigen. Im Sand oder Schnee trägt die Fläche, nicht die Tiefe — dort werden Heringe quer vergraben statt senkrecht gesteckt.

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

Mehr dazu: [Zeltformen](#) · [Zeltzubehör](#)

Zeltheringe nach Bauart-Typen

Eine einfache **Kategorisierung von Zeltheringen erfolgt über die Typen-Einteilung**. Idealerweise entscheidest Du Dich bei der Ausstattung für Dein Zelt für zwei unterschiedliche Kategorien. Wenn [das Gewicht des Rucksacks](#) zu vernachlässigen ist, etwa beim Camping mit dem Bus oder Auto, nimmst Du am besten beide oder mehr Sätze mit auf Deine Tour.

Standard-Heringe für weiche Böden

Als **Standard-Zeltheringe** bezeichnen wir die aus Alu oder leichtem Stahl, die bei Einsteiger-Zelten als Grundausrüstung mit zum Set gehören. Sie sind rund und meistens lediglich im rechten Winkel oder zu einer Öse zusammengebogen. Sie eignen sich für den Weichen Wald- oder Wiesenboden und verformen sich sehr schnell, wenn sie im Erdreich auf etwas hartes wie einen Stein oder eine Baumwurzel treffen. Für sehr weiche oder lose Böden wie Sand sind sie ungeeignet, da sie weder über ein Profil noch Riffel verfügen. Sie sind allerdings für wenig Geld nachzukaufen, wenn über die Jahre einige aus dem Set abhanden kommen.

V-Heringe oder U-Heringe für Sandböden oder Schneeflächen

Sie sind breit, weisen ein **V- oder U-Profil** auf, aus leichtem Material wie Alu oder Stahlblech und teilweise perforiert. Für die Montage genügt es bei Sand oder Schnee, sie mit der Hand in den Untergrund einzudrücken, auf jeden Fall genügen ein paar leichte Schläge mit dem Gummihammer. Sie sind etwas teurer als die Standardheringe, sollten aber auf jeden Fall in Form eines Satzes als Zusatzausrüstung für jeden Zelt-Typ hinzugekauft werden.

T-Heringe aus Stahl für harte Böden

Ihr **Kopf in T-Form** sowie das Material aus Stahl – in der Luxusausführung aus Titan – sind für harte Böden mit hohem Gestein-Anteil. Sie halten auch harten Schlägen mit dem Hammer stand und lassen sich auch in harten Bodentypen eintreiben. Das T als Kopf erhöht nicht nur die Trefferquote beim Einschlagen, sondern bietet auch die bessere Option zum Fixieren der Zeltschnüre und fürs Nachspannen.

Erdnägel für Felsböden mit oder ohne Gewinde

Kürzer, aber dafür härter als Standard-Heringe sind **Erdnägel** aus Stahl die richtige Wahl für den Felsuntergrund. Sie müssen sehr viele Hammerschläge aushalten, bis sie richtig positioniert sind. Es gibt diese Form von Heringen für den alpinen Bereich auch mit Gewinde zum Einschrauben in den Fels – in großer Höhe die beste Möglichkeit, ein wirklich sicheres Zelt aufzubauen.

Tabelle der Herings-Varianten im Überblick

Herings-Typ	geeignet für	Material	Vorteil	Nachteil	Preis

Standard-Hering	Camping; weiche Böden	Stahl; Alu; Kunststoff	günstig, einfaches Handling	verbiegt schnell, wenig Grip	+
V-Heringe	Weiche & mittelharte Böden	Stahlblech, Alu, Stahl	leicht; schnelle Montage	–	++
T-heringe (Stahl)	Für feste und sehr harte Böden	Stahl, Titan	Haltbar, gut zu Montieren	hohes Gewicht, hoher Preis	+++
Erdnägel für Fels	Felsen, Steinböden	Stahl, Titan	unzerstörbar	hohes Gewicht, kleine Abmessung	+++
Schneehering	Schnee & Sand	Stahlblech, Alu, Kunststoff	einfache Montage	für alle anderen Böden ungeeignet	++

Zeltheringe: Vier Grundmaterialien zu Auswahl

Wer mit dem Auto oder Wohnmobil zum Zelten fährt, muss bei der Auswahl der geeigneten Heringe nicht sonderlich aufs Gewicht achten. Das sieht bei [der Trekkingtour mit Zelt](#) ganz anders aus. Der spielt die Materialauswahl nicht nur in puncto Stabilität eine Rolle, sondern auch in puncto Gewicht. **Stahl-Heringe** sind robust, schwer und vor allem für den alpinen Bereich eher teuer. Noch kostspieliger sind Zeltheringe aus **Titan**, die ebenso robust sind wie die Stahlheringe, aber deutlich leichter. **Heringe aus Stahlblech oder Aluminium** sind sehr leicht, stoßen aber bei der Härte bereits bei durchwurzelter Erde und kleinen Steinen unter der Oberfläche schnell an ihre Grenzen. Wer auf jedes Gramm achten muss und in erster Linie auf weichen Böden sein Zelt aufschlägt, dem leisten auch **Kunststoff-Heringe** sehr gute Dienste. Sie zudem leichter, als die Standard-Heringe aus Stahl oder Aluminium. Die meisten Hersteller fertigen sie aus Polypropylen an, ein sehr leichter Kunststoff, der trotzdem stabil und schlagfest ist.

Premium-Hersteller von Zeltheringen

Jeder [Zelthersteller](#) hat eigenen Zeltheringe im Zubehörprogramm. Aber vor allem für besondere Einsätze oder Anwendungen kann es sich lohnen, zusätzliche Heringe bei einem der Spezialhersteller zu kaufen, um die Zeltausrüstung so zu komplettieren.

MSR – Mountain Safety Research

Das amerikanische Ausrüstungsunternehmen aus Seattle ist bereits seit 50 Jahren im Outdoor-Markt aktiv und gilt als **Edelschmiede, was Equipment, Kocher, Sicherheitsausrüstung, Zelt und Zubehör angeht**. Die Produkte werden in einer eigenen Entwicklungsabteilung designt, von erfahrenen Teams getestet und erst dann in die Serie entlassen, wenn alle Details zu 100 Prozent stimmen. Diese Produkteigenschaften treffen auch auf die Zeltheringe des US-Unternehmens zu. Top-Materialien, perfekt gearbeitet und in allen Situationen sicher einsetzbar.

SwissPiranha – die bissigen Schweizer

Für die Entwicklung der Schweizer Kunststoff-Heringe gab es einen plausiblen Grund: Metall-Heringe sind auf allen [Campingplätzen](#) die gefährlichsten „Stolpersteine“ für nackte Füße – wer hat seinen Kids beim Zelten noch nicht die Zehen mit Pflaster getaped, weil sie mal wieder an einem Metall-Hering hängengeblieben sind. Der Kunststoff, den die Ingenieure bei SwissPiranha entwickelt haben, **ist leicht und kann es mit Stahl-Heringen in jeder Beziehung aufnehmen**. Die perfekte Alternative zu allem aus Metall.

Outwell – Spezialitäten von der Camper-Nation Dänemark

Die Dänen gehören zu den größten Camping-Fans Europas. Outwell machte sich schon früh die Erfahrungen tausender Camping-Fans zunutze und stellt hochwertiges Material für alle Campingbereiche her. [Vorzelte](#), [Dachzelte](#), [Trekkingzelte](#) – was immer aus der Entwicklungsabteilung von Outwell kommt, ist durchdacht, auf Herz und Nieren geprüft und von herausragender Qualität. **Herings-Sets gibt es von Outwell für jede Art der Anwendung** und sowohl aus Metall wie auch aus selbst entwickeltem Hightech-Kunststoff.

Zeltheringe richtig nutzen

Auch wenn ihre Funktion grundsätzlich selbsterklärend ist, gibt es dennoch ein paar Anwendungs-Tipps für die richtige Verwendung von Heringen.

- **Senkrecht bis höchstens 15 Grad geneigt** einschlagen — nicht im 45-Grad-Winkel. Die Merkregel verwechselt zwei Größen: Gemessen wurde die Neigung des Herings selbst, und dort steht „0 to 15 degrees → 1.00“ gegen „30 degrees → 0.77“ — je schräger, desto weniger hält er, und einen Wert für 45 Grad gibt die

Messreihe gar nicht her. Die 45 Grad stammen vom **Lastwinkel der Abspannleine**, also vom Zug der Schnur, nicht von der Stellung des Herings.

- Wenn möglich, immer **mit Hammer** (Stahl oder Gummi) einschlagen; Wasserkessel, [Trinkflasche](#) oder ein schwerer Stein sind gänzlich ungeeignet
- Beim Spannen der Zeltschnüre darauf achten, dass **Kein Zug auf den Reißverschlüssen** lastet.
- Ideale **Abspannrichtung ist grundsätzlich in Richtung der Flucht der Zeltnähte**; sonst kommt es zur echten Schieflage des gesamten Zelt.
- Heringe sollten **grundsätzlich vollständig versenkt** werden; Das bestätigt jeder, der schon mal Barfuß an einem hervorstehenden Hering hängengeblieben ist.

Wie viel ein einzelner Hering in Ihrem Untergrund tatsächlich trägt, hängt an wenigen Größen, und die sind gemessen: Untergrund, Einbindetiefe, Nässe, Neigung, Durchmesser und die Höhe, auf der die Leine angeknötet ist.

Reinigung von Zeltheringen

Auch wenn die Heringe wetterfest, Schmutzresistent und Rostfrei sind: Nach dem Gebrauch sollten sie **feucht gereinigt, gut getrocknet** und dann bis zum nächsten Einsatz in einer Box oder einer Tasche gelagert werden. Wie [Zelte richtig gepflegt](#) werden, könnt ihr hier nachlesen.

Sinnvolles Zubehör von Zeltheringen

Ein **Hammer** ist für den Einsatz von Heringen als gutes [Zeltzubehör](#) unerlässlich. Für die leichteren und weniger stabilen Varianten genügt durchaus ein **Gummihammer** oder ein Hammer mit einem **Kunststoff-Kopf**, wie er beispielsweise zum Anzapfen von Bierfässern Verwendung findet. Wird in Fels oder steinigem Untergrund gearbeitet, solltest Du einen regulären Hammer mit **Stahl-Kopf** zur Verfügung haben. Sonst dauert das Einschlagen nicht nur unnötig lang, sondern Du läufst auch Gefahr, die Heringe mit dem ungeeigneten Zuschlag-Werkzeug zu beschädigen oder sie krumm zu schlagen.

Zeltschnüre können über ein schnelles Aufbauen entscheiden, denn vor allem ihre Spannvorrichtungen sind oft von minderer Qualität. Die besten Zeltschnüre haben Beschläge aus Metall, mit denen das Einhängen und das nachjustieren präzise und einfach zu bewerkstelligen sind. In der Grundausstattung sind die Zurrklammern meist aus Kunststoff. Die geben bei starker Belastung leicht nach und sind schwieriger im Handling. Es lohnt sich, nach gewisser Zeit die Zeltschnüre auszutauschen oder zusätzliche, die länger sind, anzuschaffen.

Die oben beschriebenen Hammer haben einen **Heringsauszieher** integriert, wenn sie aus dem Campingfachhandel stammen. Wenn Du einen herkömmlichen Hammer

verwendest, lohnt sich die Investition in einen separaten Heringsauszieher. Denn jeder, der schon mal versucht hat, mit klammen Händen einen Hering aus dem gefrorenen Boden herauszuziehen, weiß, wie wertvoll diese kleinen Helfer sind.

Zu guter Letzt: Bloß nicht geizen und genügend Heringe anschaffen

Wenn Du regelmäßig in der Natur unterwegs bist, weißt Du gutes Equipment, wie wir es hier beim Outdoorberater empfehlen, sowieso zu schätzen. Für die Heringe gilt, dass die Basisausstattung, die zum Zelt gehört, meist nicht besonders hochwertig ist. Daher lohnt es sich auf jeden Fall, **kurz nach der Zeltanschaffung in einen neuen Satz Heringe zu investieren – vielleicht sogar in zwei Sätze für verschiedene Bodenarten**. Dabei solltest Du unbedingt darauf achten, nicht genau die Anzahl Heringe zu kaufen, wie es die Grundausrüstung vorgibt. Investier lieber gleich in fünf Heringe mehr, denn erfahrungsgemäß dauert es nur wenige Touren, bis der erste fehlt.

KURZ GEMERKT

Nehmen Sie **verschiedene Heringsarten mit** — Sie wissen vorher nicht, worauf Sie stoßen. Die beiliegenden Heringe passen für Wiesen- und Waldboden; für **Stein und Fels brauchen Sie Zeltnägel**, für Sand und Schnee lange V- oder T-Profile. Und schlagen Sie nie **mit roher Gewalt** — ein verbogener Hering hält nicht mehr.