

## Sportkleidung

### Gütesiegel beim Einkauf beachten

Sportkleidung ist modisch und soll je nach Anwendungszweck verschiedene Funktionen erfüllen. In der Branche werden immer aufwendigere, smartere Fasern eingesetzt. Der Nachteil dabei sind zum einen die Kunstfasern selbst, die aus dem Rohstoff Erdöl erzeugt werden, nicht biologisch abbaubar sind und beim Waschen Mikroplastik produzieren. Zum anderen fallen bei der Herstellung oder beim sogenannten „Ausrüsten“ der Spezialfasern Schadstoffe an.

Achten Sie beim Einkauf auf Gütesiegel wie GÖTs oder IVN Best Standard, Öko-Tex 100, oder das Bluesign-Label. Ist die Herstellerfirma Mitglied der Wear Fair Foundation (FWF) oder hat das Kleidungsstück ein Fair Trade Siegel werden zusätzlich Sozialstandards eingehalten.

Informationen zur Kennzeichnung von Textilien und verschiedenen Textil-Gütesiegel haben wir für Sie zusammengestellt:

### Verzicht auf aufwendige Ausrüstung der Umwelt und Gesundheit zuliebe

Spezielle Behandlungen von Kleidungsstücken sind immer mit Chemikalien verbunden. Wo es nicht unbedingt nötig ist, sollten Sie auf solche Kleidungsstücke verzichten. Für normale Sport- und Freizeitaktivitäten brauchen Sie keine High-Tech-Textilien.

Achten Sie beim Einkauf auf den Geruch und lassen Sie stechend oder „chemisch“ riechende Textilien im Regal. Bedenklich sind auch Bezeichnungen wie: „sanitized“, „easy-wash“, „bügelfrei“ oder ähnliches. Ist das Textil mit der Bezeichnung „separat waschen“ oder „blutet aus „ bzw. „fade out“ gekennzeichnet, lösen sich die Farben leicht. Viele Farbstoffe sind bedenklich in ihren Umwelt- und Gesundheitsauswirkungen.

Wander- und Outdoor Kleidungsstücke sind oft mit Imprägnierungen versehen oder enthalten Funktionsmembranen, bei deren Herstellung problematische Chemikalien nötig sind. Bedenklich sind PFOAs (perfluorierte Oktansäure), PFOS (perfluorierte Oktansulfonsäure), Nonylphenoethoxylate (NPE) und Phthalate (Weichmacher).

Gelangen diese Chemikalien in die Umwelt, sind sie nur schwer abbaubar und reichern sich an. Rückstände in der Kleidung können über die Haut in unseren Körper gelangen.

Einige Hersteller entwickeln bereits High- Performance Jacken ganz ohne PFCs. Achten Sie auf eine PFC-frei Kennzeichnung. Es gibt auch Produkte ganz in weiß, hier wird bewusst auch auf Farbstoffe verzichtet.

### Bevorzugen Sie Stücke aus recycelten Fasern und Stoffen vor Neu-Faser

---

Kunstfasern wie Polyamid oder Polyester werden aus Erdöl hergestellt. Nachhaltiger ist es, recycelte Kunstfaser zu kaufen. Viele Hersteller nutzen entweder Alttextilien, PET-Flaschen oder Fasern aus recycelten Fischernetzen, um Ressourcen zu sparen. Damit wird nur etwa die Hälfte Energie benötigt, die für neue Kunstfasern gebraucht wird.

## Sportkleidung aus alternativen Fasern

Viele Labels setzen auch bei Sportkleidung auf Naturfaser. Wolle, vor allem vom Merinoschaf, Seide und Biobaumwolle sind dafür beliebt. Auch Hanffaser wird mittlerweile wieder vermehrt eingesetzt.

Merinowolle ist sehr leicht, atmungsaktiv, feuchtigkeits- und temperaturregulierend und dabei gut hautverträglich und biologisch abbaubar. Zudem müssen Wollprodukte weniger oft gewaschen werden. Gerüche werden gebunden und durch gutes Auslüften sind die Textilien schnell wieder frisch. Oft kommen Mischfasern aus Wolle und Seide zum Einsatz.

Auch Zellulosefaser (z.B. Tencel) ist für Funktionstextilien beliebt. Grundstoff dafür ist Holz.

## Auf Herstellungsort und Transportweg achten

Kurze Transportwege sparen Treibhausgase. Vor allem Klein- und Mittelbetriebe, sowie Start Ups lassen vermehrt in Europa produzieren.

Umwelt- und Sozialgesetze sowie die Möglichkeit Produktionsbetriebe auch selber kontrollieren zu können, sind für manche Hersteller ein Grund dafür. Weniger Umweltbelastungen durch die kürzeren Transportwege zu den EndverbraucherInnen sind ein weiteres Kriterium. Dadurch wird die Kleidung etwas nachhaltiger.

## Reparieren vor Neukauf

Hochwertige Kleidungsstücke können gut repariert werden. Manche Firmen bieten dieses Service für ihre Produkte an. Kleinere Schäden lassen sich oft auch selber reparieren.

## Weniger ist mehr gilt auch für Sportkleidung

Nicht für jede Gelegenheit ist ein Textil mit einer eigenen Spezialausrüstung nötig. Wie bei Kleidung im Allgemeinen gilt auch bei Sportkleidung: weniger einzelne Teile und dafür hochwertige und langlebige Stücke bevorzugen.

## Sportkleidung richtig waschen

Sie brauchen für Ihre Sportkeildung kein eigenes Waschmittel. Verwenden Sie je nach Faserzusammensetzung ein mildes flüssiges Buntwaschmittel oder ein Woll- oder Feinwaschmittel. Verzichten Sie auf Weichspüler.

Am besten kalt oder mit niedriger Temperatur und geringer Schleuderzahl waschen. Achten Sie dabei auf das Pflegeetikett und stellen Sie dementsprechend die Waschttemperatur ein.

Reißverschlüsse vor dem Waschen schließen und angezogene Bänder öffnen. Am besten auf links, d.h. Innenseite nach außen, waschen. Das schont die Oberfläche.

Funktionstextilien und Outdoorkleidung am besten separat waschen. Sonst besteht Gefahr, dass Imprägnierungsstoffe auch auf normale Kleidungsstücke abgegeben werden. Groben Schmutz vorher entfernen.

Verschwitzte Funktionskleidung aber auf jeden Fall waschen, da Schweiß die wasserfesten Membranen angreift.

## **Mikroplastik beim Waschmittel vermeiden**

Beim Waschen von Kleidungsstücken aus oder mit Anteil von Kunstfasern entstehen unweigerlich kleinste Plastikpartikel. Vermeiden können Sie das nicht. Sie können die Menge reduzieren indem Sie Kunstfaser getrennt und mit geringer Schleuderzahl waschen. Das gilt besonders für Mikrofaser und Fleece Stoffe.

Um Plastik bei der Wäsche zu reduzieren, verwenden Sie ein Waschmittel in dem kein zusätzliches Mikroplastik enthalten ist.

Produkte ohne diese Zusätze finden Sie in der Datenbank Öko-Rein.