

## Packen • Packing • Pacquer • パッキング



### D Packen

Generell sollten schwere Lasten in mittlerer Höhe nah am Körper verstaubt werden. Leichte bis mittelschwere Lasten finden ihren Platz im unteren und oberen Bereich des Rucksacks.

### GB Packing

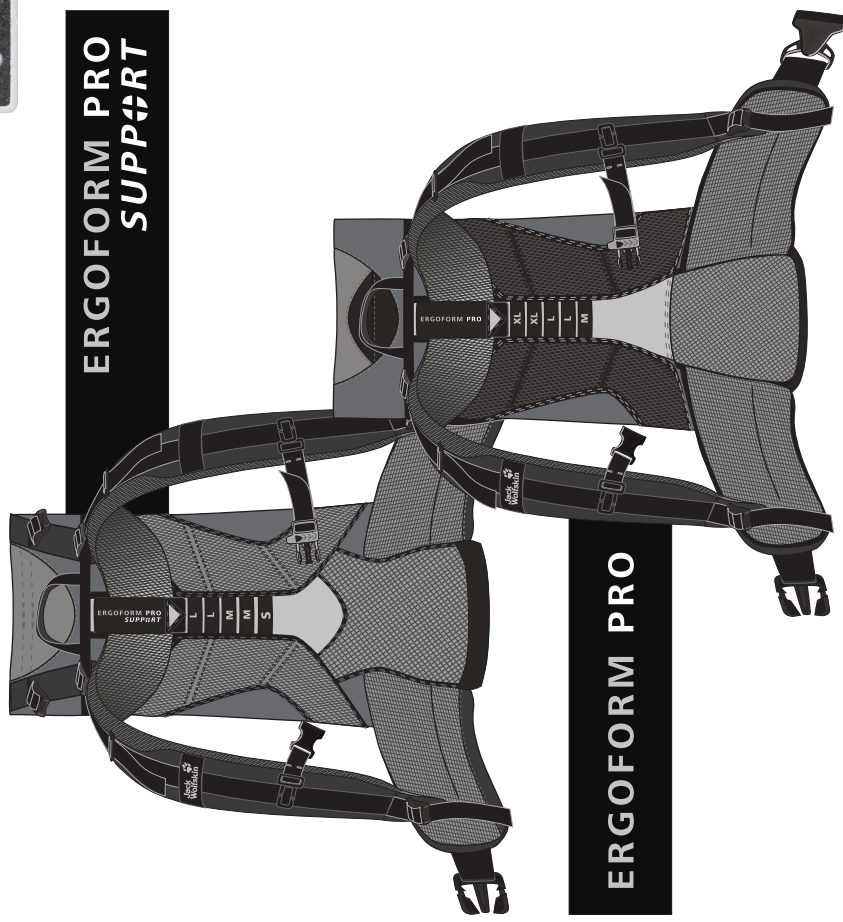
In general, light to medium-heavy items should be packed in the lower and upper areas of the pack, and heavier pieces of kit in the middle, close to the back.

### F Remplissage du sac

D'une façon générale, il convient que les charges lourdes soient à mi-hauteur, près du corps. Placez les charges légères à moyennes dans le fond et dans la partie supérieure du sac.

### J パッキング

一般に、重たいものはリュックサックの真ん中の高さ、体に近い部分に詰め込むようにします。軽いものの、中くらいの重さのものはリュックサックの下か上の部分に入れましょう。



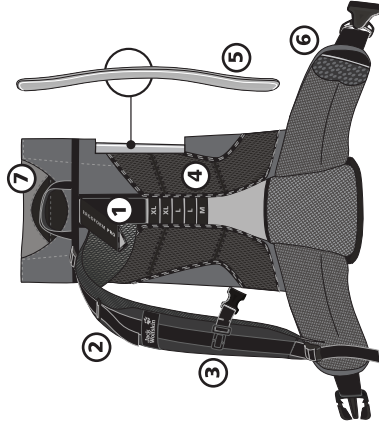
ERGOFORM PRO  
SUPPORT

ERGOFORM PRO

Gebrauchsanleitung • Instructions for use  
Notice d'emploi • 取扱説明書

JACK WOLFSKIN  
Ausrüstung für Draussen GmbH & Co. KGaA  
Limburger Straße 38-40  
D-65510 Idstein/Ts.

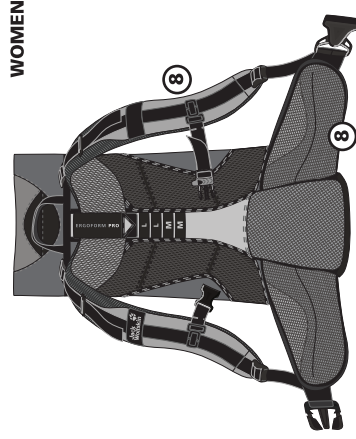
# ERGOFORM PRO



Leicht und flexibel bei hoher Bewegungsfreiheit  
Light, flexible and great freedom of movement

## D

- Komfort**
- Höhenverstellung der Schultergurte über Klettbandfixierung
  - Exakte Rückenlängen-Indikation
  - s-förmig geschnittene, dick gepolsterte Schultergurte mit AIRMESH-Innenbezug und SOFTNECK-Konstruktion
  - verstellbarer Brustgurt mit Signalpfeife
  - komfortable Rückenpolster aus offenporigem Schaum, mit atmungsaktivem Netzbezug und Belüftungsnähen
  - zwei vorgeformte DURALUMINIUM-Schienen anatomicsh geformter Hüftgurt mit verstellbarem Anstellwinkel des Hüftgurtbands durch die Innenkompression einziehbare Kopfmulde
  - WOMEN special:** Schultergurte und Hüftgurt sind der weiblichen Anatomie angepasst

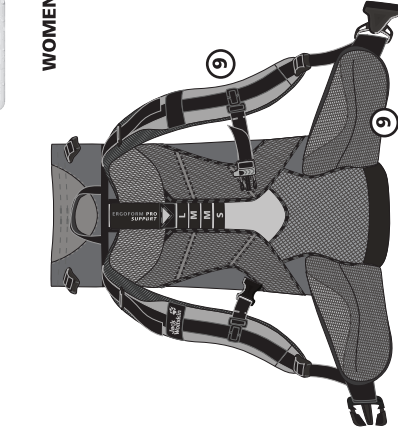


Léger et flexible, vous permettant de bouger en toute liberté  
動きやすさを重視し、軽量・柔軟性を確保

## F

- Komfort**
- Bretelles réglables en hauteur via fixation Velcro. Indication exacte de la longueur du dos.
  - Bretelles moussées en forme de S, revêtement AIRMESH à l'intérieur et construction SOFTNECK
  - sangle de poitrine réglable avec sifflet
  - cousins dorsaux confortables en mousse à pores ouvertes, avec filet respirant et canaux de ventilation
  - deux rails préformés DURALUMINIUM
  - ceinture sangle anatomique avec angle d'appui ajustable
  - cavité pour la tête, ajustable par compression intérieure
  - Spécial FEMMES:** bretelles et ceinture sangle adaptées à la morphologie féminine

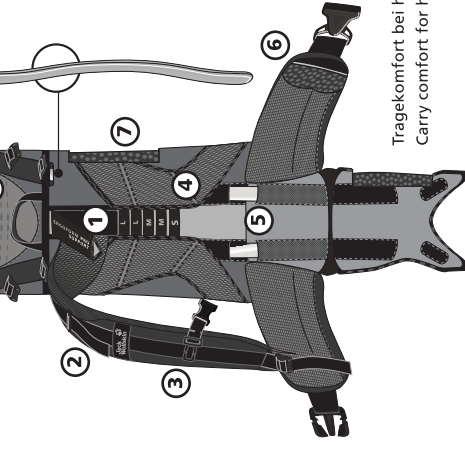
# ERGOFORM PRO SUPPORT



Confort de portage pour charges lourdes  
高荷重でも快適な背負い心地

## F

- Komfort**
- 1-4 identique à ERGOFORM PRO
  - rails DURALUMINIUM préformés, ergonomiques et terminés en forme conique, avec point d'ancrage directement sur la ceinture sangle
  - ceinture sangle à forme ergonomique avec mousse particulièrement robuste et angle d'appui de la ceinture sangle réglable
  - Plaque dorsale HDPE et CROSSLINK en PE garantie une forme stable et de la flexibilité sur les côtes
  - Cavité pour la tête et tiges de renfort latérales DURALUMINIUM
  - Version spéciale pour femmes:** bretelles et ceinture sangle adaptées à la morphologie féminine.



Tragekomfort bei hohen Lasten  
Carry comfort for heavy loads

## D

- Komfort**
- 1-4 identisch mit ERGOFORM PRO
  - konisch zulaufende, ergonomisch vorgeformte DURALUMINIUM-Schienen mit direktem Ankerpunkt im Hüftgurt
  - anatomisch geformter Hüftgurt mit besonders stabiler Polsterung und verstellbarem Anstellwinkel des Hüftgurtbands
  - HDPE- und CROSSLINK PE-Rückenplatte sorgt für Formstabilität und Seitenflexibilität
  - Kopfmulde und DURALUMINIUM-Querverstrebung
  - WOMEN special:** Schultergurte und Hüftgurt sind der weiblichen Anatomie angepasst

## F

- Komfort**
- 1-4 all the features of the ERGOFORM PRO, plus: conical tapered, ergonomically preshaped DURALUMINIUM rods directly anchored in the waist belt
  - anatomically shaped, angle-adjustable waist belt with extra stable padding
  - HDPE/CROSSLINK PE back plate for improved shape retention and lateral flexibility
  - head cavity with DURALUMINIUM cross strut
  - special WOMEN's version:** shoulder straps and waist belt designed to suit the female anatomy

## GB

- Comfort**
- high adjustable shoulder straps with velcro fixation and exact-fit back length indicator
  - s-shaped, thickly padded shoulder straps with AIRMESH contact surface and SOFTNECK construction
  - adjustable chest strap with integrated safety whistle
  - comfortable back pad in open-pored foam with breathable mesh covering fabric and ventilation seams
  - 2 preshaped DURALUMINIUM rods
  - anatomically shaped waist belt with adjustable angle
  - inner compression adjustable head cavity
  - special WOMEN's version:** shoulder straps and waist belt designed to suit the female anatomy

## GB

- Comfort**
- 1-4 all the features of the ERGOFORM PRO, plus: conical tapered, ergonomically preshaped DURALUMINIUM rods directly anchored in the waist belt
  - anatomically shaped, angle-adjustable waist belt with extra stable padding
  - HDPE/CROSSLINK PE back plate for improved shape retention and lateral flexibility
  - head cavity with DURALUMINIUM cross strut
  - special WOMEN's version:** shoulder straps and waist belt designed to suit the female anatomy

## J

- 快適さ**
- 密着アープでショルダーストラップの高さを調節
  - S字型で分厚いパッドの付いたショルダーストラップは、エアマッシュ製のカーバー付きソフトネック構造
  - 安全ホイッスル付きチェストベルトは調節可能
  - 穴の開いたフォームでできた快適な背中のクッションは通気性の高いネットカバーとヴァンティレーションジーンズが施されています
  - プリシェーブしたジュラルミンフレームが2本付いています
  - アナトミカル・デザイン ウエストベルトは角度を調整できます
  - 頭の窪みに合わせて調整できるインナーコンプレッション
  - WOMEN スペシャル・ショルダーストラップとウエストベルトは女性の体型に合わせてデザインされています

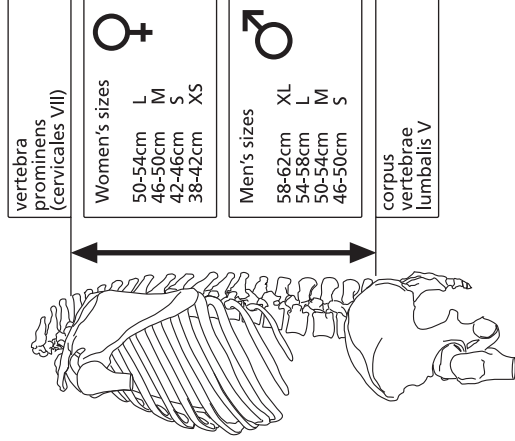
## J

- 快適さ**
- 1-4 ERGOFORM PROと同じ
  - 人間工学に基づいて形成された円錐形先が細くなっているジュラルミクロットがウエストベルトに直結
  - 固めのしっかりしたパッドを採用した、角度調整可能なアナトミカル形状のウエストベルト
  - HDPEおよびCROSSLINK PEのバックプレートがバック形状の安定性と側面の柔軟性を発揮
  - 頭の窪み部分とジュラルミンによる横補強
  - WOMEN スペシャル・ショルダーストラップとウエストベルトは女性の体型に合わせてデザインされています

# Größeneinstellung des Tragesystems • Size adjustment of the carry system • Rélage du système de portage • キャリーシステムのサイズ調整方法

**D Größeneinstellung des Tragesystems**  
Die Rückenlänge wird zwischen dem dicksten, unterhalb des Nackens spürbaren Halswirbel (vertebrae cervicales VII) und dem untersten, oberhalb des Gesäßes spürbaren Lendenwirbel (corpus vertebrae lumbalis V) gemessen. Lassen Sie sich von Ihrem Fachhändler beraten und fachmännisch vermessen!

**GB Size adjustment of the carry system**  
The back length is measured from the vertebrae cervicales VII (the thickest vertebra you can feel just below the neck) to the corpus vertebrae lumbalis V (the lowest lumbar vertebra you can feel above the backside).  
For expert advice on the correct fit, visit your local specialist store.



**F Rélage du système de portage**  
On mesure la longueur du dos entre la plus grande vertèbre cervicale perceptible en dessous de la nuque (vertebrae cervicales VII) et la plus basse vertèbre lombaire perceptible au dessus des fesses (corpus vertebrae lumbalis V).  
Un spécialiste vous conseillera volontiers à ce sujet dans les magasins spécialisés.

**J キャリーシステムのサイズ調整方法**  
背中の長さ、首のすぐ下にある、手を当てれば感じることで、一番太い頸椎から一番下にある臀部の上の腰椎までの距離を測って出します。お求め先の専門店売場でアドバイザーを要けて、専門家にどうを測ってもらってください！

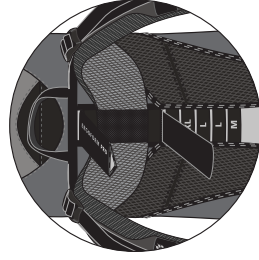
**D Einstellen der Rückenlänge**  
Der gelbe Pfeil auf der Klettchnalle des Schultertragesystems zeigt auf die eingestellte Rückenlänge. (Beispiel rechts Größe XL). Um diese zu ändern, den Klettverschluss öffnen und das Schultertragesystem in die entsprechenden Laschen der Größenleiter einfädeln.

**GB Adjusting the back length**  
The yellow arrow on the velcro closure of the shoulder strap system indicates the selected back length (the example on the right shows a back length of XL). To alter the back length, open the velcro closure and thread the shoulder straps into the appropriate loop on the sizing ladder.



**F Rélage de la longueur du dos**  
La flèche jaune sur la boucle Velcro du système de portage des bretelles indique la longueur du dos (exemple à droite taille XL). Pour modifier celle-ci, ouvrez la fermeture Velcro et passez le système de portage dans les languettes respectives sur l'échelle de grandeur.

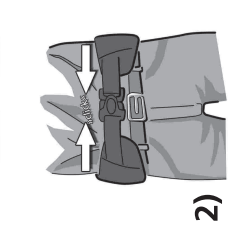
**J 背中の長さの設定**  
ベルクロ固定のショルダーシステムにつけられた黄色の矢印が、設定されている背中の長さを示しています(例えばこの例ではXLサイズ)。これを要えるには、ベルクロテープを外し、ショルダーシステムをご希望のサイズの段階に合わせて、そのバックルに入れ込んでください。



# Grundeinstellungen • General Settings Ajustage général • 基本調節



**D Grundeinstellungen**  
• Zum Aufsetzen den Rucksack am Tragegriff auf ein Knie oder eine Erhöhung stellen und nacheinander in die Schultergurte schlüpfen  
• Den Hüftgurt fest verschließen und die Bandführung gegebenenfalls optimieren, so dass der Beckenknochen voll abgepolstert ist und die Last stützen kann  
• Schultergurte nachziehen bis sie sich bequem um die Schulter schmiegen ohne einzuzengen  
• Mit den Lageverstellbändern das Gewicht des Rucksackes „heranholen“ und auf Schultern und Hüfte gleichmäßig verteilen  
• Brustgurt schließen und anpassen um sicheren Sitz bei aktivem Rucksackeinsatz und bessere Armfreiheit zu erreichen

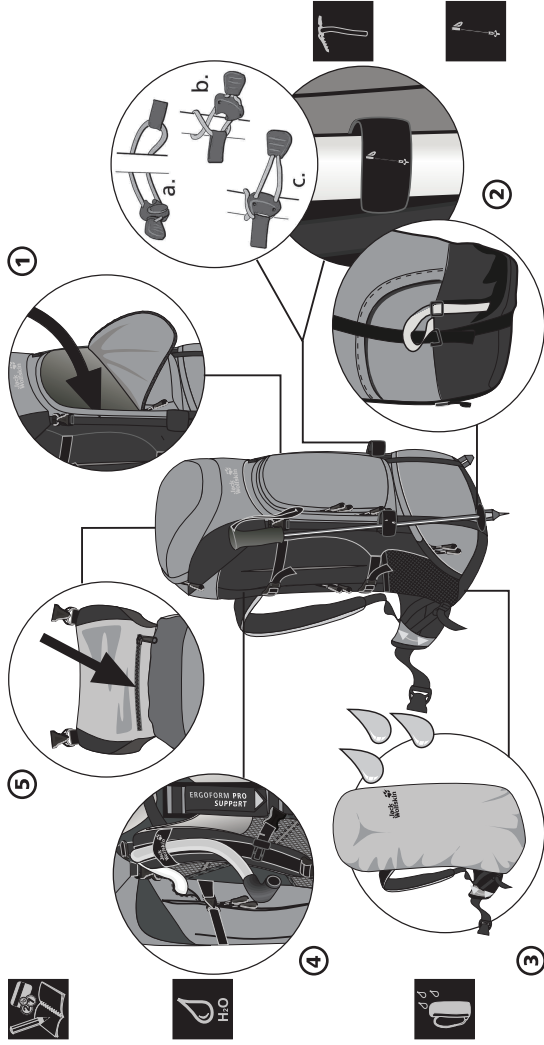


**F Réglages de base**  
• Pour mettre le sac à dos, le poser sur un genou ou sur un endroit surélevé en le tenant par la poignée et l'enfiler en glissant successivement dans les bretelles  
• Serrez bien la ceinture abdominale et si nécessaire réglez le passage des courroies de façon à ce que les os de la hanche soient totalement rembourrés et puissent soutenir la charge  
• Ajustez les bretelles jusqu'à ce qu'elles épousent parfaitement les épaules sans trop les serrer  
• «Rapprochez» le poids du sac à l'aide des rappels de charge afin de le répartir uniformément sur les épaules et les hanches  
• Fermez la sangle de poitrine et ajustez-la afin d'assurer un bon maintien du sac à dos lorsque vous bougez et d'avoir une meilleure liberté de mouvement des bras

**J 基本設定**  
• リュックサックを背負うには、リュックサックのストラップをもって膝か台などに乗せ、胸をショルダーシステムに通していきませう。  
• ウェストベルトをきつく締めます。必要な場合には、腰骨のところによくパッドが付いた、重量を支えられるよう、ベルトを調節してください。  
• きつくなりすぎずにストラップが気持ちよく肩にフィットするよう、ショルダーシステムを引きます。  
• トップストラップを引いてリュックサックを背中に押し当てるようにし、重さが肩と腰に同じだけかかるように調整します。  
• チェストベルトを締めて、激しい行動のときでもヘッドがよく体に据わり、腕が動きやすいように調整します。

**GB Basic adjustment procedure**  
• Lift the rucksack by the carry loop onto a knee or raised surface and slip your arms through the shoulder straps  
• Fasten the waist belt securely and adjust the belt so that the padding lies correctly on the pelvic bone and supports the load  
• Adjust the shoulder straps to give a comfortable, snug fit without constricting  
• Use the load adjuster straps to "draw" the pack in towards the back and distribute the weight equally across shoulders and hips  
• Fasten the chest strap and adjust to give a snug fit while maintaining freedom of movement for the arms during active use

# Ausstattung • Features • Equipment • 装備



**D Pflege und Lagerung**

- Überprüfen und trocknen Sie Ihren Rucksack nach jeder Tour
- Die Reißverschlüsse unbedingt schmutzfrei halten
- Verunreinigungen per Hand und Bürste mit lauwarmem Wasser (max. 40°C) und einem sanften Reinigungsmittel entfernen
- Auf keinen Fall in Waschmaschine/Trockner geben oder bügeln
- Nicht mit aggressiven und ätzenden Mitteln in Verbindung bringen
- Mit geschlossenen Gurten, sauber und absolut durchgetrocknet an einem gut belüfteten Ort vor Sonnenlicht geschützt lagern

**F Entretien et stockage**

- Contrôlez et séchez votre sac à dos après chaque randonnée
- Veillez absolument à ce que les fermetures à glissière restent propres
- Supprimez les saletés à la main avec une brosse, de l'eau tiède (40°C max.) et un savon doux
- Ne jamais laver ou sécher le sac à dos à la machine et ne jamais le repasser
- Veillez à ce que le sac n'entre pas en contact avec des produits agressifs et caustiques
- Gardez le sac à dos en ayant auparavant boudié les ceintures, propre et absolument sec dans un lieu bien aéré, à l'abri des rayons du soleil

**GB Care and storage**

- Check your pack for wear and tear and dry thoroughly after use
- Ensure that zips remain free of dirt
- Remove dirt by brushing/ hand wash in a lukewarm solution (max. 40°C) of water and gentle detergent
- Never machine wash or machine dry. Do not iron
- Avoid contact with harmful or corrosive substances
- When clean and totally dry, store with waist belt and chest strap fastened in a well ventilated place away from direct sunlight

**J お手入れと保管**

- 毎回使用後にリュックサックを点検し、よく乾かしてください。
- ジッパーは決して汚さないようにしてください。
- 汚れた部分は手とブラシを使ってぬるま湯(最高 40 度)と弱めの洗剤で取り除いてください。
- 決して洗濯機で洗ったり乾燥機に入れたり、あるいはアイロンをかけたりしないでください。
- きつい薬剤や酸性の製剤などを決して用いてください。
- ベルトを閉じ、光にさらさないでください。
- い場所に直射日光を避けて保管してください。

**D Ausstattung**  
Nicht jedes Rucksackmodell hat alle Ausstattungsmerkmale!

- zweiter Zugriff auf den Packsack
- schnelle Fixierung von Trekkingstöcken und Eisgeräten
- Nässeschutz durch im Boden integrierte Regenhülle
- Vorbereitung für Trinksystem
- sichere Dokumentenaufbewahrung im Deckeltascheninnentfach

**GB Garantie und Reparaturen**

Produktionsfehler werden im Rahmen der gesetzlichen Gewährleistungs- und Garantiebestimmungen behoben. Kleinere Materialabrisse lassen sich meist leicht mit einem guten Gewebeklebeband selbst reparieren. Andere Reparaturen führen wir gegen eine Gebühr gerne aus. Schicken Sie den gereinigten Rucksack mit klarer Reparaturzeichnung/-Anweisung und Ihren Kautzbeleg über Ihren Fachhändler ein.

Schäden durch Unfälle, unsachgemäßen Gebrauch, chemische Kontamination, UV-Strahlung oder andere Hitzeinwirkung, sowie die natürliche Materialabnutzung sind von der Garantie ausgeschlossen. Jack Wolfskin ist nicht verantwortlich für Mängelgeschäden.

**F Equipement**  
Les modèles de sac à dos ne sont pas tous équipés de la même façon!

- double accès au compartiment du sac à dos
- fixation rapide pour bâtons de trekking et piolet
- protection contre l'humidité grâce à la housse anti-pluie intégrée dans le fond du sac
- Logement pour poche à eau
- Poche intérieure pour documents dans chapeau

**GB Fixtures and fittings**  
Note: not all the features are available on every model of rucksack

- DUAL ACCESS to main compartment
- rapid lashing options for trekking poles and ice tools
- integrated rain cover in the base
- prepped to accept a hydration system
- secure document storage pouch inside lid compartment

**GB Guarantee and Repairs**

Manufacturing faults will be repaired within the terms of the legal guarantee. Small tears in the fabric can generally be repaired yourself using a good quality adhesive fabric patch. We are happy to carry out other repairs where necessary. A charge is made for this service. If repairs are required, please return the rucksack to your local specialist retailer in a clean condition with clear details/ instructions. Remember to include proof of purchase.

Damage caused by accident, misuse, chemical contamination, UV light or other heat sources or natural wear and tear of the fabric is excluded from the terms of the guarantee. Jack Wolfskin will not be held responsible for any secondary loss or damage caused by faulty merchandise.

**J イクイップメント**  
リュックサックのモデルにより、付いていない機能もございます。

- バックサックへのデュアルアクセス
- トレッキングポールやウインタースポーツ用ツールの簡単な取り付け装置
- ベースセクションに統合されているレインカバー
- ハイドレーションシステム予備装置
- トップのポケット内部に安全な重要な書類保存ポケット