

16.11.13 09:49
Uhr

DSV aktiv-Serie, Teil II – Die zehn größten Ski-Irrtümer

In einer dreiteiligen Serie klärt *DSV aktiv* über Halbwahrheiten und vermeintliche Ski-Weisheiten auf. Nach den ersten beiden kommentierten Aussagen zur Bindungseinstellung und zum Skitausch auf der Piste nehmen die Experten nun zu vier weiteren weitverbreiteten Ski-Irrtümern rund um das Thema Skisport Stellung.



Ski-Irrtum Nr. III: „Skifahren ist gefährlich, es passieren immer mehr Skiunfälle.“

Häufig wird die subjektive Einschätzung von gestiegenen Unfallzahlen und einer generell erhöhten Verletzungsgefahr auf unseren Skipisten geäußert. Dieses Empfinden trägt – das Gegenteil ist vielmehr der Fall: Wie die Statistiken der Auswertungsstelle für Skiunfälle (ASU) der ARAG Sportversicherung zeigen, konnte seit Beginn der Erhebungen im Winter 1979/1980 ein Rückgang der Unfallzahlen von insgesamt über 59 Prozent verzeichnet werden. Der langfristige Trend zu einer geringeren Anzahl an Verletzungen im alpinen Skisport hat sich auch in den vergangenen Jahren weiter fortgesetzt. Die Gründe dafür liegen auf der Hand: Neben einem höheren Sicherheitsbewusstsein in der Bevölkerung und Verbesserungen in der Pistenpräparation trugen vor allem die steten Weiterentwicklungen am Material zu einer erhöhten Sicherheit im Skisport bei. Sicherheitsbindungen, die vor einigen Jahrzehnten noch nicht auf dem Markt waren, schützen heute Schien- und Wadenbein sowie Gelenke vor Verletzungen, innovative Skischuhe sorgen für eine verbesserte Kraftübertragung. Falls es doch zu einem Skiunfall kommt, garantiert außerdem ein dichteres und professionelleres Rettungsnetz, dass Verletzte schneller erstversorgt werden. Entgegen des Anscheins passieren Kollisionen zweier oder mehrerer Skisportler eher selten. 80 Prozent aller Unglücke basieren auf Fahrfehlern und damit auf Eigenverschulden.

Ski-Irrtum Nr. IV: „Mein zehn Jahre alter Skischuh funktioniert noch super.“

Die altbewährten Skischuhe sind komfortabel, angenehm zu tragen und passen sehr gut – man mag sie gar nicht mehr weggeben. Wem geht es nicht so? Doch die Bequemlichkeit kann mitunter gefährlich werden. Zwar drückt der alte Skischuh nicht, doch der Grund dafür ist mitunter weniger erfreulich: Das Material ist über die Jahre „müde“ geworden. Durch die jahrelange intensive Nutzung verliert der Schuh an Formschlüssigkeit. Die Konsequenz: Der Skischuh bietet keinen guten Halt mehr und die optimale Kraftübertragung lässt nach. Zusätzlich düstet der Weichmacher mit zunehmendem Alter aus der Kunststoffschale aus – die Schale kann brechen. Zu guter Letzt nutzen sich auch die Sohle und damit die Anschlussstücke zwischen Skischuh und Bindung über die Jahre ab. Die Sicherheitsfunktion der Skibindung ist dann nicht mehr gewährleistet. In Sachen Skischuh-Entwicklung hat sich auf dem Sportmarkt viel getan – *DSV aktiv* rät allen Skisportlern mit älteren Skischuh-Modellen, diese bei einem der qualifizierten [Partnersportgeschäfte](#) untersuchen zu lassen. Hat ein Skischuh bereits zehn Jahre auf dem Buckel, besteht eine erhebliche Gefahr, dass die Schale während des Skifahrens bricht.

Ski-Irrtum Nr. V: „Kürzere Ski kosten weniger Kraft und sind leicht zu fahren.“

Je kürzer der Ski, desto geringer wird der Drehwiderstand. Da liegt der Trugschluss nahe, ein kurzer Ski sei leichter zu handhaben. Jedoch: Ein kurzer Ski möchte immer auf der Kante gefahren werden. Zwar dreht er leichter ein als längere Bretter, aber der Skifahrer muss die Fahrlinie anschließend muskulär halten. Das heißt konkret: Skisportler mit kürzerem Material müssen zwar weniger Kraft für die Kurveneinleitung aufbringen, ihre Muskeln müssen jedoch deutlich mehr Haltearbeit über den restlichen Verlauf der Kurve leisten. Denn bei kleineren Kurvenradien wirken höhere Zentrifugalkräfte, denen der Skifahrer entgegenwirken muss. Das kostet über den gesamten Skitag gesehen viel Kraft – kein Wunder, dass der Pistenspaß spätestens am Nachmittag richtig in die Beine geht. Regelmäßige Pausen sind deshalb Pflicht! Ein etwas längerer Ski ist gutmütiger und fehlerverzeihend und so über den ganzen Skitag hinweg kraftsparender zu fahren.

Ski-Irrtum Nr. VI: „Im Hang sind schon viele Spuren, da wird schon nichts passieren.“

Die Lawinengefahr sollten Wintersportler niemals unterschätzen. Unterschiedlichste Kräfte und Schneemetamorphose sind für die sich täglich ändernde Lawinengefahr ausschlaggebend. Neben dem Schneedeckenaufbau, also dem Verbund der einzelnen Schneekristalle, beeinflussen auch Hanglage und -exposition das Risiko eines Lawinenabgangs. Die Schneedecke selbst verändert sich kontinuierlich durch Niederschläge, Windverfrachtungen und Temperaturentwicklungen. Gefährlich wird es dann, wenn einzelne Schneeschichten zueinander keine Bindung aufbauen oder sie verlieren. Gleich mehrere Unbekannte bleiben auch durch viele Spuren im Tiefschneehang unbeantwortet: Es ist weder zu erkennen, wie alt die Schneespuren sind, noch wie das Gelände darunter aussieht. Durch das Befahren von Schneehängen wird Druck auf das komplexe Spannungsverhältnis innerhalb der Schneedecke ausgeübt – die Schneedecke verändert sich dadurch nachhaltig! Zwar haben die ersten Tiefschneefahrer die Schneedecke noch nicht so stark beeinflusst, dass eine Lawine ausgelöst wurde. Trotzdem kann die eigene Fahrt ausreichen, die Schneedeckenstruktur zusammenbrechen zu lassen. Skifahrer, die sich im Gebiet nicht auskennen und denen der langfristige Schneedeckenaufbau nicht bekannt ist, haben abseits der Piste nichts verloren! Das gilt insbesondere von Lawinenwarnstufe 3 an aufwärts – immer dann blinkt die orangene Lawinenwarnleuchte im Kassen- und Lifteinstiegsbereich. Der regionale Lawinenwarnbericht liegt in den „Prädikat geprüften Skigebieten“ täglich aus und informiert über aktuelle Gefahrenstufen, Schneedecken-Eigenschaften und die zu erwartende Wetterentwicklung.

Ski-Irrtümer Nr. VII - X

Abschließend stellen wir Ihnen in unserem dritten Teil der Serie in der kommenden Woche vier weitere Meinungsbilder vor, die fälschlicherweise rund um das Thema Skisport kursieren.

Arbeitsmaterialien auf dem DSV-Presseserver

Zusätzliche Informationen zu diesem Thema sowie weitere Pressetexte finden Sie auf unserem [Presseserver](#).

Weitere Informationen finden Sie auf dem DSV-Presseserver:

<http://www.ski-online.de/presse>

Login DSV-Presseserver: presse/presse

Ihr Ansprechpartner:

↓ [Download V-Card](#)

Florian Schwarz
Pressestelle Deutscher Skiverband
Haus des Ski am Erwin-Himmelseher-Platz
Hubertusstr. 1, 82152 Planegg
Telefon: +49 (0)89 85790-238
Telefon: +49 (0)151 121 136 72
florian.schwarz@deutscherskiverband.de

Aktuelle Informationen und Statements präsentiert von der [Deutschen Kreditbank AG](#)



Dieser Service wird bereitgestellt von DSV aktiv und der Stiftung Sicherheit im Skisport (SIS)



Rechtlicher Hinweis

Die uns vorliegenden Informationen zu Ihrer Person werden von uns nur zum Versand des Newsletters erhoben, verarbeitet und genutzt. Datenschutzrechtliche Bestimmungen werden dabei vollumfänglich beachtet. Eine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte erfolgt zu keinem Zeitpunkt.

Falls Sie diese E-Mails nicht mehr erhalten möchten, schreiben Sie bitte eine E-Mail an pressestelle@deutscherskiverband.de

© 2013 Deutscher Skiverband e.V.