

18.02.20 13:30 Uhr

## DSV-Pressedienst 11/2020: Die Best-Of der Ski-Irrtümer

Gefahrlos in verspurte Off-Piste-Hänge einfahren? Die Bindung im Handumdrehen selbst einstellen? Kraft sparen mit kürzeren Ski? Es kursieren auf und neben den Pisten allerlei Trugschlüsse und „Halb-Wahrheiten“ rund ums Skifahren. DSV aktiv stellt die Best-Of der Ski-Irrtümer vor - im Newsletter und als Audio-Datei!



### Ski-Irrtümer: Ein Best-Of der erfolgreichen Newsletter-Serie

In einer dreiteiligen Serie stellen die Experten von DSV aktiv ihr persönliches Best-Of der Ski-Irrtümer zusammen und machen erneut auf weitverbreitete, tückische und fehlerhafte „Weisheiten“ rund um den Skisport aufmerksam. Die Serie wird eingeläutet mit den ersten Aussagen zur Sicherheit beim Off-Piste-Fahren. Alle Statements stehen auch **als Audio-Dateien zum Download** zur Verfügung.

#### Die Best-Of der Ski-Irrtümer:

- Ski-Irrtum Nr. 1: „Im Hang sind schon viele Spuren, da wird schon nichts passieren.“
- Ski-Irrtum Nr. 2: „Kürzere Ski kosten weniger Kraft und sind leicht zu fahren.“
- Ski-Irrtum Nr. 3: „Meine Bindung kann ich selbst einstellen, Hauptsache der Schuh sitzt fest.“
- Ski-Irrtum Nr. 4: „Das Waschen schadet der Skibekleidung.“
- Ski-Irrtum Nr. 5: „Skifahren ist gefährlich, es passieren immer mehr Skiunfälle.“
- Ski-Irrtum Nr. 6: „Ohne sichtbare Risse schützt mich mein Helm einwandfrei.“
- Ski-Irrtum Nr. 7: „Richtige Verkehrsregeln gibt es auf der Piste nicht. Jeder ist für seine eigene Sicherheit verantwortlich.“
- Ski-Irrtum Nr. 8: „Eine Skibrille brauche ich nur bei starkem Schneefall.“
- Ski-Irrtum Nr. 9: „Skifahren bring ich meinem Kind selbst bei.“
- Ski-Irrtum Nr. 10: „Eine Skiversicherung brauche ich nicht, da sie meist nicht greift und ich bereits mit anderen Policen abgesichert bin.“

#### Ski-Irrtum Nr. 1: „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-Irrtum Nr. 2: „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. 3: „Meine Bindung kann ich selbst einstellen, Hauptsache der Schuh sitzt fest.“**

Viele Wintersportler scheuen vor dem Saisonstart den Gang zum Sportfachhändler und stellen ihre Skibindung im „Do-it-yourself“-Verfahren ein. Ein Fehler, der schwerwiegende Folgen haben kann! Fast jeder fünfte Skiunfall ist auf fehlerhafte Ausrüstung zurückzuführen – ein Großteil von ihnen ließe sich mit einer korrekt eingestellten Bindung vermeiden. Dabei ist der Spagat zwischen Halte- und Auslösefunktion eine echte Gratwanderung. Während für Anfänger, die öfter stürzen, die Auslösefunktion wichtiger ist, die Bindung also generell etwas leichter eingestellt wird, steht für gute Skifahrer die Haltefunktion im Vordergrund, da sie mit hoher Geschwindigkeit unterwegs sind und dabei größere Kräfte wirken. Für die optimale Einstellung spielen mehrere Faktoren zusammen: Neben persönlichen Daten wie Körpergröße und Gewicht oder Kniedurchmesser kommt es auch auf das skifahrerische Können, das Alter und die Sohlenlänge der Skischuhe an. Diese Werte sollten unbedingt im Sportfachhandel nachgemessen werden! Außerdem sind bei der Bindungsfunktion die Reibungskräfte zwischen Skischuhsohle und Bindung ausschlaggebend. Diese Widerstände werden mit einem elektronischen Bindungsprüfgerät gemessen und somit die Bindung individuell nach den Ansprüchen des Skifahrers eingestellt. Auf die Bindungsskala alleine kann man sich nicht verlassen!

#### **Best-Of der Ski-Irrtümer Nr. 4 - 10**

Weitere Meinungsbilder, die fälschlicherweise rund um das Thema Skisport kursieren, stellen wir in zwei weiteren Newslettern vor. Unter anderem kommentiert DSV aktiv die Aussagen „Das Waschen schadet der Skibekleidung“ und „Skifahren ist gefährlich, es passieren immer mehr Skiunfälle“.

#### **NEUER SERVICE: O-TÖNE VON DSV aktiv-Experten**

Als zusätzlichen Service bieten wir zu ausgewählten Themen aktuelle Audio-Dateien von DSV aktiv-Experten. Die O-Töne zu den heutigen Ski-Irrtümern finden Sie [hier](#).

Passwort: Ski-Irrtümer 1

#### **Arbeitsmaterialien auf dem DSV-Presseserver**

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

**Weitere Informationen finden Sie auf dem DSV-Presseserver:**

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

**Login DSV-Presseserver: presse/presse**

**Ihre Ansprechpartnerin:**

Lisa Walther  
Pressestelle Deutscher Skiverband  
Haus des Ski am Erwin-Himmelseher-Platz  
Hubertusstr. 1, 82152 Planegg

↓ [Download V-Card](#)

Mobil: [+49\(0\)160-901 221 55](tel:+49016090122155)  
[lisa.walther@deutscherskiverband.de](mailto:lisa.walther@deutscherskiverband.de)

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](mailto:pressestelle@deutscherskiverband.de)

---

© 2020 Deutscher Skiverband e.V.

A decorative graphic at the bottom of the page consisting of a series of overlapping, semi-transparent grey mountain peaks of varying heights, creating a silhouette of a mountain range.