

AUSRÜSTUNG

SKI:

Eigenschaften: Längselastizität (Biegelinie), Torsionssteifigkeit, Schwingungsverhalten (Dämpfung), Taillierung

Fahreigenschaften: (resultieren aus den Skieigenschaften)

Gleitverhalten, Eisgriffigkeit, Richtungsstabilität, Drehverhalten, Steuerverhalten

Skibauteile:

Spitzen-/ Endenschoner, Belag/Laufsohle, Kanten, Oberfläche, Schale

Seitenwangen, Ober- und Untergurt, Kern;

Skibauweisen: Schalenbauweise, Sandwichbauweise, Torsions-Kastenbauweise,

Injektionsverfahren, Hohlkammernbauweise

Kantengeometrie: abgehängte und hinterschleifene Kante > hohe Eisgriffigkeit und gutes Dreh- und Steuerverhalten

SKISCHUHE:

Der Schuh ist das Verbindungselement zwischen Körper und Ski, über ihn wirken die statischen und dynamischen Bewegungsabläufe des Körpers.

- Anforderungen: überträgt Kraft d. Läufers auf den Ski, bequem, gute Passform, stabiler Fersensitz, gute Beweglichkeit im Sprunggelenk, Zehenfreiheit, weicher Schaftabschluss, seitenstabil, warm, wasserdicht, leicht, anatomisches Fußbett, Canting (Schaftkorrektur bei X/O-Beinen)
- Genormte Teile: Gleitfläche (vermindert Reibung mit Bindung), Sohlenbreite, Sohlenlänge, Absatz
- Schnallenschuh (Überlappungsschuh): guter Fersensitz u. Elastizität; genaue Dosierung der Fußfixierung
- Heckeinsteiger (Komfortschuh): bequemes Einsteigen durch Wegklappen der Heckmanschette; kein Schuh für sportlich orientierte Fahrer
- Innenschuhetest, Linien-Höhentest, Stiegentest, Lottest;

SKISTOCK:

- Griff: 4,5cm, größer als Augenhöhle
- Schlaufe: soll öffnen, wenn man hängen bleibt – Sicherheitsschlaufe
- Rohr: konisch, darf nur knicken, nicht brechen, SP im oberen Drittel, Sollknickstelle (Teleskoprohre > eingebaute Dämpfung)
- Teller: zu groß > Nachteil: im Steilen kann Spitze nicht einsetzen;

- Spitze: keine Kegelspitze > Ausrüstungskontrolle!! Kronenspitze; Hohlpunktspitze

BINDUNG:

Der höchste Prozentsatz aller Sturzverletzungen resultiert aus kombinierten Stürzen (vw-rw Drehsturz); daher muss die Bindung nach allen Richtungen auslösen. Die Verbindung von Bindungsbacken zum Fersenautomat ergibt einen konstanten Andruck bei wechselnder Belastung des Ski > präzisere Auslösung!

Bindungseinstellung:

Der individuelle Einstellwert (Z-ZAHL) hat durch die Normung der Einstellskala aller gebräuchlichen Sicherheitsbindungen für sämtliche Bindungsteile aller Produkte Gültigkeit.

Z-WERT > bestimmt die Auslösekraft. Die Z-Zahl ist abhängig von Körpergröße, Gewicht, Alter, Fahrkönnen + Schuhsohlenlänge.

Die Bindung darf nur vom Fachhändler eingestellt werden! (Ausnahme: grundloses Auslösen der Bindung während der Abfahrt > ½ Umdrehung erlaubt [fester] > Fachhandel!)

Zur Ausrüstungskontrolle gehört auch die Überprüfung der korrekten Funktion der Skistopper.

SKIBEKLEIDUNG:

Hautnahe Schichten sollen Feuchtigkeit aufsaugen bzw. nach außen transportieren (keine Nähte, keine Faltenbildung), während die Überbekleidung wasserabweisend und trotzdem atmungsaktiv sein soll.

Skisocken: sollen nicht zu dick sein – nur ein Paar (Ausrüstungskontrolle)

Skibrille: kein beschlagen, UV Absorption, möglichst großes Gesichtsfeld; immer mit Helm probieren

Helm: Pflicht in NÖ!

Oberhalb (1cm) der Augenbrauen soll Helm abschließen, Kopfhaut soll sich beim Bewegen des Helmes mitverschieben (Größe), auf ausreichende Belüftung achten.

Handschuhe/Fäustlinge: nicht aus Wolle! (Ausrüstungskontrolle); kein Schal!

	Zielgruppe	Einsatzbereich	Stärken	Schwächen	Länge
SLALOM CARVER 116-123/66- 70/101-107,5 R=11,5-13,5m	Carving Spezialisten	enge Radien	schneller Kantwechsel	unruhig bei höherer Geschwindigkeit	<u>150 - 171cm</u> 150cm: kleine, leichte Fahrer 171cm: große, schwere Fahrer
	rennorientierte Skiläufer	radikale Schräglagen	guter Kantengriff	zu bissig auf weichem Untergrund	
	kraftvolle Fahrweise	rascher S-wechsel	flexibler Radius- wechsel		
RACE CARVER 110-124/66- 80/96-112 R=18-25m	Hobbyrennläufer	extrem sportliches, schnelles Fahren	tempofest	hoher Kraftauf- wand	<u>164 -184cm</u> 154cm: moderatere Fahrer, Leicht- gewichte, häufig Buckelpiste, eher enge Schwünge <u>184cm: "Renntempo", schwere Läufer, weite Schwünge</u>
	"ICE" unter den Ski	mittlere und weite Radien	laufruhig und stabil bei jeder Geschwindigkeit	anstrengend bei schwierigen Pistenbedingungen (weicher Schnee, Neuschnee)	
			hohe Eigendynamik eisgriffig		

	Zielgruppe	Einsatzbereich	Stärken	Schwächen	Länge
ALL MOUNTAIN 125-132/79-88/107-120 R=15-19m	Geländeausflügler	Altschnee, Sulz	Off-Piste -Bereich	planierte Piste	max. Körpergröße
	für Individualisten, die Abwechslung suchen	Tiefschnee, Buckel, Bruchharsch	Spurstabil, auch auf knolligem Untergrund	mittlere Torsionssteifigkeit	
			weicher Flex	weicher Flex	
ALLROUND CARVER 119-130/72-78/100-112,5 R=12-17,7m	rund 70% aller Skiläufer	mittlerer Tempobereich	leicht drehbar, fehlerverzeihend	instabil bei hohem Tempo	max. Körpergröße
		Piste	solider Kantengriff	harte, eisige Piste	
	Genussskiläufer: enge Skiführung, gedriftete Schwünge		hohe Verarbeitungsqualität (früher nur im Racecarver)	geringe Torsionssteifigkeit	
			geringer Kraftaufwand		