



Pressedienst *DSV aktiv*

vom Oktober 2009



Längenempfehlung für Kinderski

Ausschlaggebend für die richtige Längenempfehlung bei Jugendski ist, wie bei Erwachsenenski, die bevorzugte Geschwindigkeit, mit der sich der Skifahrer auf dem Schnee bewegt, das Gelände, das er wählt, und seine Wünsche und Motivationen beim Skisport.

Anders als bei den Erwachsenen- und Jugendski ist die Längenempfehlung bei Kindern und Schülern an deren Körpergröße angelehnt.

Einsteiger:	Achselhöhe bis Schulter
Fortgeschrittener:	Hals- bis Mundbereich
Sportler und Racer:	Augenhöhe bis Körpergröße + 5 cm

Bei körperlich kräftigen Kindern bitte an der oberen Grenze orientieren;
bei körperlich schwächeren Kindern bitte an der unteren Grenze orientieren.

Die sich zurzeit auf dem Markt befindlichen Carving-Ski für Kinder sind oft sehr stark tailliert. Bei Skilängen von 90 Zentimetern besitzen die Ski Radien zwischen sechs und sieben Metern und sind somit nahezu nur auf der Kante fahrbar. Tempokontrolle durch Rutschen und Driften ist mit diesen Ski nur schwer möglich. Es empfiehlt sich, beim stark taillierten Kinderski ca. fünf Zentimeter Länge zuzugeben, um den Radius größer zu gestalten.

Zwar fällt anfangs das „Drehen“ der Ski bzw. Kurvenfahren etwas schwerer, aber Rutschen und Driften und somit Tempokontrolle sind mit einem größeren Radius leichter möglich und verleihen damit mehr Sicherheit. Ein sehr kurzer, stark taillierter Ski erfordert mehr Kraftaufwand; nicht durch das Einleiten einer Richtungsänderung, das geht oft leichter, sondern die muskuläre Haltearbeit, die den ganzen Skitag über verrichtet werden muss, um den Ski in seiner Fahrspur zu halten. Es entstehen bei kleinen und engen Kurvenradien bereits bei geringer Geschwindigkeit extrem hohe Zentrifugalkräfte, die es muskulär zu halten gilt.

Auch im Hinblick „Laufruhe“ fordert der kurze, stark taillierte Kinderski höheren Krafteinsatz und damit verbunden enorme Belastungen auf Bein- und Hüftgelenke. Jeder, der einmal mit Kurzcarvern (z. B. Big Foot oder Snowblades) unterwegs war, kennt die zitternden Knie ab einem gewissen Tempo.

Fazit: Lieber den Kinderski nicht so stark tailliert und etwas länger wählen.

Tipp: Natürlich ist es auch für Kinder ratsam beim Skisport versichert zu sein. Die DSV-Skiversicherungen bieten ausreichenden Schutz bei Skiunfall, Skidiebstahl oder -beschädigung. Nähere Informationen finden Sie unter www.ski-online.de/DSVaktiv.

Zu folgenden Themen erhalten Sie weitere Informationen:

- **Nov. 2009:**
Tipps für den ersten Skitag;
Sportfachhandel vs. Internet;
- **Dez. 2009:**
Tipps zur Vorbereitung des Skiurlaubs;
- **Jan. 2010:**
Tipps zur Sicherheitsausrüstung auf der Skipiste;
Ski kaufen oder mieten?
- **Feb. 2010:**
Tipps zum Skifahren im Frühjahr;
Sehen auf der Skipiste;
- **März 2010:**
Tipps für Tourengänger;
Tipps zum Übersommern der Skiausrüstung;

Ihr Ansprechpartner:

Andreas König
+49 (0)89 85790-282 bzw.
andreas.koenig@ski-online.de



Optimaler Schutz für Wintersportler mit den DSV-Skiversicherungen!

mehr Informationen finden Sie unter www.ski-online.de/DSVaktiv