

30.11.18 10:30 Uhr ■

## DSV-Pressedienst 54/2018: Sicher und fit auf der Piste - Mit dem Prädikat "Geprüftes Skigebiet" und der Skigymnastik-App von DSV aktiv

Hervorragender Zustand der Pisten, eine gut durchdachte, übersichtlich beschilderte Pistenführung und regelmäßige Sicherheitskontrollen - die mit dem Prädikat "Geprüftes Skigebiet" zertifizierten Skigebiete bieten alle Voraussetzungen für sicheren Pistengenuss. Aber jeder Skifahrer muss auch selbst zur Sicherheit auf der Piste beitragen: Dazu gehört der Materialcheck beim Fachhändler vor dem Saisonstart ebenso, wie eine Fahrweise, die den eigenen skifahrerischen und konditionellen Fähigkeiten entspricht. Die "Last Minute SkiGym", die Skigymnastik-App von DSV aktiv, hilft, rechtzeitig fit für die Piste zu werden.



In der Saison 2009/2010 wurde auf Initiative der Stiftung Sicherheit im Skisport (SIS), des Deutschen Skiverbandes und DSV aktiv/Freunde des Skisports (FdS) in Kooperation mit dem Verband Deutscher Seilbahnen und Schleplifte (VDS) das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" (PGS) eingeführt. Neun Jahre nachdem das Prädikats ins Leben gerufen wurde, blicken SIS, FdS und DSV sowie die zertifizierten Skigebietsbetreiber auf eine Erfolgsgeschichte zurück: Mittlerweile wurden 24 Skigebiete in Deutschland ausgezeichnet.

### Mehr Sicherheit im öffentlichen Skiraum

Die Prädikatsvergabe zielt darauf ab, den Skibetrieb in deutschen Gebieten noch sicherer zu machen und Skifahrern eine wertvolle Orientierungshilfe bei der Wahl des Skigebiets zu bieten. Wer sich für ein zertifiziertes Skigebiet entscheidet, kann darauf vertrauen, dass im Bereich der Pistenorganisation und Sicherheitsmaßnahmen alles getan wurde, um den Skitag zum Genuss werden zu lassen. Denn das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" garantiert die Strukturen eines modernen Skigebietes und alle objektiven Voraussetzungen für sicheren Pistengenuss. Das umfasst neben dem hervorragenden Zustand der Pisten auch eine gut durchdachte Pistenführung, die Staus und Kollisionen verhindert. Um das Prädikat zu erhalten, müssen die Skigebietsbetreiber nicht nur vollumfänglich ihrer Verkehrssicherungspflicht nachkommen, sondern zudem einen Katalog weiterer, strenger Prüfkriterien erfüllen. Das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" wird für drei Jahre vergeben, danach muss das Zertifikat erneuert werden. Die DSV-Skiwacht sorgt mit ihren täglichen Kontrollfahrten permanent für die Einhaltung der Richtlinien.

### 24 zertifizierte Skigebiete in Deutschland

In den acht Jahren seit Einführung des Prädikats "Geprüftes Skigebiet" wurden viele große und kleinere Skigebiete in Deutschland zertifiziert. An die folgenden 24 Skigebieten ist das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" vergeben: Alpenbahnen Spitzingsee, Arber, Bad Hindelang, Belchen, Bolsterlang, Feldberg, Fellhorn/Kanzelwand, Garmisch Classic, Göttschen, Haldenköpfe, Hochfelln, Hohenbogen, Hündle, Jenner, Nebelhorn, Nesselwang, Oberstaufen, Pisten der Brauneck-Bergbahn GmbH, Rossfeld, Schöneck, Skihalle Neuss, Söllereck, Todtnauberg und Zugspitze

### **Umfassende Sicherheitskriterien**

Wer das PGS beantragt, muss sich einer Skigebietsprüfung unterziehen. Dabei werden alle Pisten unter die Lupe genommen und nach einem vor Ort angepassten Katalog von Prüfkriterien geprüft. Die erfassten Daten werden analysiert, abschließend spricht die Prüfkommision eine Empfehlung aus. Sind alle Vergabekriterien, die auf dem Praxishandbuch "Recht und Sicherheit im organisierten Skiraum" basieren, erfüllt oder aufgetretene Mängel beseitigt, wird das Prädikat für den Zeitraum von drei Jahren vergeben. Die Einhaltung der Prüfkriterien wird während dieses Zeitraums durch die DSV-Skiwacht kontrolliert.

Neben Sicherheitsfragen wird auch die Klassifizierung einer Piste überprüft (Schwierigkeitsgrade blau/rot/schwarz) und geklärt, ob bestimmte Pistenbereiche als Skiroute oder Aufstiegsbereich für Tourengeher gekennzeichnet werden können. Geprüft wird auch, ob die Freibereiche und Außenbereiche vor Skihütten ausreichend kenntlich gemacht und gesichert sind.

### **Eigenverantwortung nicht vergessen!**

Auch wenn die Rahmenbedingungen für einen sicheren Skitag in den zertifizierten Skigebieten perfekt sind, muss jeder Skifahrer selbst etwas für seine Sicherheit tun: Um das Unfallrisiko zu minimieren, müssen, wie im Straßenverkehr, auch auf der Piste Regeln eingehalten werden. Grundlage für die Pistenwahl sollte eine realistische Einschätzung der eigenen skifahrerischen und konditionellen Fähigkeiten sein. Wer das Jahr über nur unregelmäßig Sport betreibt, sollte mit halben Skitagen beginnen oder immer wieder Pausen machen, damit sich der Körper zwischen den Abfahrten erholen kann – denn körperliche Ermüdung und die daraus resultierende Reflexverzögerung sind häufige Unfallursachen. Auch das Tempo muss an das eigene Können, die Beschaffenheit der Abfahrt und die Frequentierung der Piste angepasst werden. Dass während des Pistenvergnügens kein Alkohol konsumiert wird, versteht sich von selbst – gegen ein Après-Ski im Tal ist dagegen nichts einzuwenden.

### **Materialcheck vor Saisonstart!**

Am besten schon vor Beginn der Skisaison sollte das Ski-Equipment gecheckt und für den ersten Skitag bereit gemacht werden. Ein professioneller Skiservice beim Sportfachhändler sorgt für optimales Material: frisch gewachste und geschliffene Ski und - besonders wichtig - eine perfekt funktionierende Bindung! Nur ein Bindungs-Check beim Fachhändler gewährleistet, dass die Bindung hält und erst dann auslöst, wenn es nötig ist! Skischuhe und -helme gehören ebenfalls gründlich geprüft - auch hier helfen die Experten im Fachhandel, z.B. bei einem der 1500 [DSV aktiv-Partner im Sporthandel](#).

### **Last Minute SkiGym: Fit in den Skiurlaub mit Skigymnastik von DSV aktiv**

Wer mit der richtigen Fitness auf die Piste geht, hat nicht nur mehr Spaß beim Skifahren - eine gute körperliche Vorbereitung beugt auch Stürzen, Überbelastungen und Verletzungen vor und erhöht damit die Sicherheit. Zu den beim Skifahren entscheidenden Fähigkeiten gehören Kraftausdauer, Schnellkraft, Ausdauer und Koordination/Gleichgewicht. Und diese Fähigkeiten können bereits mit wenigen Übungen entscheidend verbessert werden! Zwar kann das versäumte Training nicht nachgeholt werden, aber gerade untrainierte Skifahrer profitieren auch von einer kurzfristigen Vorbereitung. Wenig Training ist besser als gar keines!

Um die bis zum ersten Skitag verbleibende Zeit effektiv zu nutzen, hat *DSV aktiv* die Skigymnastik-App "Last Minute SkiGym" entwickelt. Die App beinhaltet Übungen zur direkten Vorbereitung auf den Skiurlaub sowie Dehn- und Mobilisierungsübungen, die während des Urlaubs im Hotelzimmer absolviert werden können sowie Fitnesstipps für den Alltag. Durch das Abfragen einiger Basisdaten werden Intensität und Dauer der Übungen an die individuellen Voraussetzungen des Users angepasst. Während der Übungsausführung veranschaulichen Bilderfolgen mit DSV-Athletin und Ski-Cross-Fahrerin Heidi Zacher, wie es geht.

### **Kostenlos für alle mobilen Endgeräte: Die Skigymnastik-App von DSV aktiv**

Die "Last Minute SkiGym", die Skigymnastik-App von *DSV aktiv*, kann kostenlos im [Apple App-Store](#) und im [Google Play-Store](#) heruntergeladen werden.

### **Versicherungsschutz checken!**

Wenn trotzdem etwas passiert, sind die Helfer der Berg- und DSV-Skiwacht in PSG-zertifizierten Skigebieten schnell zur Stelle. Ist eine Rettung per Helikopter notwendig, kann dies enorme Kosten verursachen, da diese nicht von jeder Krankenversicherung getragen werden. Eine finanzielle Absicherung für diese Fälle bietet der Versicherungsschutz im Rahmen einer *DSV aktiv*-Mitgliedschaft. Mehr Information unter [www.ski-online.de](http://www.ski-online.de).

---

### **TIPP DES TAGES**

Auch in Skigebieten mit höchsten Sicherheitsstandards ist Eigenverantwortung gefragt: Fahren Sie immer entsprechend Ihrer skifahrerischen und konditionellen Fähigkeiten!

---

### **Kurzversion**

Hervorragender Zustand der Pisten, eine gut durchdachte, übersichtlich beschilderte Pistenführung und regelmäßige Sicherheitskontrollen - die mit dem Prädikat "Geprüftes Skigebiet" zertifizierten Skigebiete bieten alle Voraussetzungen für sicheren Pistengenuss. Aber jeder Skifahrer muss auch selbst zur Sicherheit auf der Piste beitragen: Dazu gehört der Materialcheck beim Fachhändler vor dem Saisonstart ebenso, wie eine Fahrweise, die den eigenen skifahrerischen und konditionellen Fähigkeiten entspricht. Die "Last Minute SkiGym", die Skigymnastik-

App von DSV *aktiv*, hilft, rechtzeitig fit für die Piste zu werden.

In der Saison 2009/2010 wurde auf Initiative der Stiftung Sicherheit im Skisport (SIS), des Deutschen Skiverbandes und DSV *aktiv*/Freunde des Skisports (FdS) in Kooperation mit dem Verband Deutscher Seilbahnen und Schlepplifte (VDS) das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" (PGS) eingeführt. Mittlerweile wurden 24 Skigebiete in Deutschland ausgezeichnet.

Die Prädikatsvergabe zielt darauf ab, den Skibetrieb in deutschen Gebieten noch sicherer zu machen und Skifahrern eine wertvolle Orientierungshilfe bei der Wahl des Skigebiets zu bieten. Wer sich für ein zertifiziertes Skigebiet entscheidet, kann darauf vertrauen, dass im Bereich der Pistenorganisation und Sicherheitsmaßnahmen alles getan wurde, um den Skitag zum Genuss werden zu lassen. Denn das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" garantiert die Strukturen eines modernen Skigebietes und alle objektiven Voraussetzungen für sicheren Pistengenuss. Das umfasst neben dem hervorragenden Zustand der Pisten auch eine gut durchdachte Pistenführung, die Staus und Kollisionen verhindert. Um das Prädikat zu erhalten, müssen die Skigebietsbetreiber nicht nur vollumfänglich ihrer Verkehrssicherungspflicht nachkommen, sondern zudem einen Katalog weiterer, strenger Prüfkriterien erfüllen. Das Prädikat "Geprüftes Skigebiet" wird für drei Jahre vergeben, danach muss das Zertifikat erneuert werden. Die DSV-Skiwacht sorgt mit ihren täglichen Kontrollfahrten permanent für die Einhaltung der Richtlinien.

Eine Liste mit allen 24 zertifizierten Skigebieten finden Sie unter [www.ski-online.de](http://www.ski-online.de).

Auch wenn die Rahmenbedingungen für einen sicheren Skitag in den zertifizierten Skigebieten perfekt sind, muss jeder Skifahrer auch selbst etwas für seine Sicherheit tun: Um das Unfallrisiko zu minimieren, müssen auch auf der Piste Regeln eingehalten werden. Grundlage für die Pistenwahl sollte eine realistische Einschätzung der eigenen skifahrerischen und konditionellen Fähigkeiten sein.

Am besten schon vor Beginn der Skisaison sollte das Ski-Equipment gecheckt und für den ersten Skitag bereit gemacht werden. Dazu gehört ein professioneller Skiservice beim Sportfachhändler und - besonders wichtig - eine perfekt funktionierende Bindung! Nur ein Bindungs-Check beim Fachhändler gewährleistet, dass die Bindung hält und erst dann auslöst, wenn es nötig ist! Skischuhe und -helme gehören ebenfalls gründlich geprüft - auch hier helfen die Experten im Fachhandel, z.B. bei einem der 1500 [DSV aktiv-Partner im Sporthandel](#).

Wer mit der richtigen Fitness auf die Piste geht, hat nicht nur mehr Spaß beim Skifahren - er beugt auch Stürzen, Überbelastungen und Verletzungen vor und erhöht damit die Sicherheit. Bereits mit wenigen Übungen können die beim Skifahren entscheidenden Fähigkeiten - Kraftausdauer, Schnellkraft, Ausdauer und Koordination/Gleichgewicht - entscheidend verbessert werden! Zwar kann das versäumte Training nicht nachgeholt werden, aber gerade untrainierte Skifahrer profitieren auch von einer kurzfristigen Vorbereitung. Wenig Training ist besser als gar keines!

Um die bis zum ersten Skitag verbleibende Zeit effektiv zu nutzen, hat DSV *aktiv* die Skigymnastik-App "Last Minute SkiGym" entwickelt. Die App beinhaltet Übungen zur direkten Vorbereitung auf den Skiurlaub sowie Dehn- und Mobilisierungsübungen, die während des Urlaubs im Hotelzimmer absolviert werden können sowie Fitnesstipps für den Alltag. Die "Last Minute SkiGym" für mobile Endgeräte kann kostenlos im [Apple App-Store](#) und im [Google Play-Store](#) heruntergeladen werden.

#### 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:

Christian Bode  
Pressestelle Deutscher Skiverband  
Haus des Ski am Erwin-Himmelseher-Platz  
Hubertusstr. 1, 82152 Planegg  
Mobil: +49(0)175-111 34 48  
[christian.bode@deutscherskiverband.de](mailto:christian.bode@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)

---

© 2018 Deutscher Skiverband e.V.

