

## Gewusst wie: Sicherheit und richtiges Verhalten für 100 % Pistenpaß

Ausweichen, anhalten, ein Blick nach rechts und gleichzeitig zum Vordermann – als Skifahrer und Snowboarder ist man ganz schön gefordert. Erst recht, wenn Wintersportliebhaber in Scharen auf den Skipisten unterwegs sind. Defensives, vorausschauendes und umsichtiges Fahren sollte bei einem Sport, der so viele Individualisten in die Natur lockt, zu jeder Zeit an erster Stelle stehen.

### Achtsamkeit schützt vor Unfällen

Natürlich kennen auch Skifahrer und Snowboarder diese gewissen Momente, die ganz unerwartet die volle Aufmerksamkeit in Beschlag nehmen. Das kann der besonders schöne Bergblick sein, für den man sich einen Moment Zeit nehmen möchte und der unmittelbar hinter einer Kuppe wartet, oder der kurze Small-Talk mit Freunden, die man im Ski-Trubel mitten auf der Piste entdeckt hat. Eine kurze Ablenkung genügt und schon ist er geschehen, der unsanfte Zusammenstoß mit einem anderen Skifahrer, der mit dem menschlichen Hindernis nicht gerechnet hat.

Damit es von der Piste nicht auf direktem Wege ins Krankenhaus geht, ist Vorsicht geboten. Nicht nur die Ausrüstung, sondern auch die Bewusstseinsbildung für mehr Eigenverantwortung schützt und hilft bei der Unfallprävention.

Im Kopf eines jeden Skifahrers und Snowboarders sollten daher ein paar „Do’s“ und „Dont’s“ für ungetrübtes Wintersportvergnügen fest verankert sein. Vor allem Stürze sind häufig auf Wahrnehmungsfehler, Fahrfehler und Selbstüberschätzung zurückzuführen.

### Vorsicht vor zu viel Tempo

Gerade Pisten, die zu einer rasanten Fahrt einladen, stellen Skifahrer und Snowboarder vor sportliche und körperliche Herausforderungen. Der Geschwindigkeits-Kick sollte dabei stets dem Können entsprechen, um auch bei unvorhergesehenen Situationen wie Eisplatten, Bodenwellen oder Behinderungen durch andere Skifahrer noch rechtzeitig vorbeizusteuern. Nur wer kontrolliert und mit einer Sicherheitsreserve fährt, kommt unversehrt am Ziel an.

An Stellen, wo sich Lifte oder Pisten kreuzen, heißt es ebenfalls: Tempo drosseln und auf Pistenteilnehmer achten, die ihre Spur wechseln oder von der Seite einfädeln!

### Regelmäßig pausieren – aber bitte an den richtigen Stellen

Unten angekommen, geht es erst rein in den Lift, dann zügig wieder heraus, um nachkommende Skifahrer nicht zu behindern. Dann wartet auch schon wieder die nächste



Beispiele: Skitty-Illustrationen für die FIS-Verhaltensregeln Alpin.

Abfahrt – so ein Tag an der frischen Luft und mit ständiger Bewegung kann ganz schön anstrengend sein!

Die eine oder andere Pause ist auf jeden Fall notwendig, wenn Kraft und Konzentration nicht schon frühzeitig zur Neige gehen sollen. Regelmäßige Stopps am Pistenrand behindern andere nicht und geben Gelegenheit, neue Energie zu tanken. Ist man als Gruppe unterwegs, wird unterhalb des letzten bereits stehenden Fahrers abgeschwungen. Wer seine Ski zwischendurch abschnallen möchte, hält sich dafür nicht auf der Piste auf.

Vor allem am Ende des Tages verleitet die Ankunft im Tal nicht selten dazu, die Bindung an Ort und Stelle zu öffnen, ohne dabei auf den laufenden Skiverkehr um einen herum zu achten – so gefährdet man sich selbst und andere.

### Mit der richtigen Einstellung auf die Piste

Anders als im Straßenverkehr existieren für die Piste keine gesetzlich festgelegten Regelungen. Als Maßstab für rücksichtsvolles Verhalten auf der winterlichen Piste dienen jedoch die FIS-Verhaltensregeln, die unter anderem vom Juristischen Beirat des Deutschen Skiverbandes (DSV) entwickelt wurden. Sie sind als Norm anerkannt und werden auch vor Gericht für die Urteilsfindung herangezogen. Neben den FIS-Verhaltensregeln für Skifahrer und Snowboarder, die auf Pisten und Loipen für Sicherheit sorgen, stellt der DSV auch Tipps zum richtigen Verhalten beim Liftfahren, wenn Pistenraupen in der Nähe sind sowie im Umgang mit der Umwelt bereit.

Die FIS-Verhaltensregeln und sämtliche DSV-Tipps mit dazugehörigen Skitty-Illustrationen finden Wintersportler unter [www.ski-online.de/sis](http://www.ski-online.de/sis).

Informationen und Bildmaterial zu diesem Thema finden Sie auf unserem Presseserver:

Link: [www.ski-online.de/presse](http://www.ski-online.de/presse) – Zugang: [presse/presse](http://presse/presse)  
Pfad Zielordner: 03\_DSV\_Freizeitsport



Optimaler Schutz für Wintersportler mit den DSV-Skiversicherungen!  
Mehr Informationen unter [www.ski-online.de/DSVaktiv](http://www.ski-online.de/DSVaktiv)

### Überblick

Zu folgenden Skisportthemen erhalten Sie ausführliche Informationen (Fotos, Texte) über den DSV-Presseserver:

- Sicherheit im Skisport
- Service
- Ausrüstung
- Umwelt- & Naturschutz
- Skigeschichte
- Skitouren & Hochgebirge
- Sport & Schule
- DSV nordic aktiv
- DSV-Skiversicherungen
- Rechtswesen
- Ausbildung
- Sportmedizin
- Seniorensport
- DSV-Wettkampferien
- Skisport mit Behinderung