



Fit fürs Skifahren mit der passenden Ausrüstung

5. Dezember 2019

## TÜV SÜD gibt Tipps für Skischuhe und Skibindungen

**München. In vielen Berg- und Gletscherregionen hat die Skisaison bereits begonnen. Höchste Zeit für Skifahrer, ihre Ausrüstung zu prüfen. Denn der richtige Ski sorgt in Verbindung mit einem gut passenden Skischuh und einer exakt eingestellten Bindung für Fahrspaß und Sicherheit auf der Piste. Sportfachgeschäfte bieten eine große Fülle an Ausrüstungsvarianten. TÜV SÜD-Experte Thomas Michael Maier gibt einen Überblick über das Angebot und erklärt, worauf Käufer bei der Auswahl von Schuh und Bindung achten sollten.**

### **Skischuhe: Auf Komfort und Passform kommt es an**

Für ein gutes Fahrgefühl und eine direkte Kraftübertragung auf den Ski ist ein guter Skischuh entscheidend. Hier kommt es in erster Linie auf den richtigen Sitz und die Passform des Schuhs an: Er sollte beim Anprobieren eng sitzen, aber trotzdem bequem sein, denn schon die kleinste Druckstelle kann unangenehm schmerzen und das Skifahren zur Qual werden lassen. Der Skischuh sitzt richtig, wenn die Zehen im geschlossenen Schuh in skitypischer Beugstellung frei beweglich sind. Ferse und Ballen sollten dabei fest sitzen, Druck auf den Rist ist zu vermeiden. Wichtig ist außerdem, dass die Bewegung des Sprunggelenks unterstützt und nicht verhindert wird. Der Knöchel braucht also Bewegungsfreiheit. Nach Schätzungen des Deutschen Skiverbands werden 80 % der Skischuhe zu groß gekauft – ein Fehler, denn dann müssen die Schuhe mit großem Schnalldruck geschlossen werden, was zu Problemen mit dem Spann führen kann. „Beim Anprobieren der Schuhe sollten Käufer Skisocken tragen, die Schnallen am Schuh fest schließen und mindestens fünf Minuten mit dem Schuh herumgehen“, empfiehlt TÜV SÜD-Experte Maier.

### **Beratung und Kauf im qualifizierten Fachhandel**

Beim Kauf des Skischuhs ist aber nicht nur der Komfort, sondern auch dessen technische Funktionalität wichtig. Für die Auswahl des richtigen Skischuhs spielen Können, Statur und Wadenumfang eine entscheidende Rolle. Dazu ist eine qualifizierte Beratung im Fachhandel unbedingt empfehlenswert. Die Schale des Skischuhs sollte eine hohe seitliche Stabilität und Torsionsfestigkeit der Sohle bieten, um ein Verdrehen des Fußes zu verhindern. So kann ein Maximum an Kraft übertragen werden.

Anpassungssysteme, wie speziell geformte Einlegesohlen, Pump- oder Ausschäum-Techniken helfen dabei, dass der Fuß bequem, aber nicht zu eng im Schuh liegt. Wer leicht friert, kann Modelle mit integriertem Heizsystem wählen oder sich für beheizte Einlegesohlen entscheiden.

### **So passt der Schuh richtig:**

- Im geraden Stand darf der große Zeh vorne am Skischuh anstoßen
- Mit leicht gebeugten Knien sollte der Druck am großen Zeh nachlassen; die Zehen sollten frei beweglich sein
- Die Passform des Schuhs lässt sich mit auto- oder thermoverformbaren Materialien verbessern
- Beratung und Anpassung durch den Sportfachhandel

### **Skibindung: Reibungslose Kommunikation zwischen Schuh und Ski**

Der Skibindung kommen wichtige Aufgaben zu. „Zum einen gewährleistet die Bindung eine optimale Kraftübertragung zwischen Skischuh und Ski. Zum anderen muss sie sich im Falle eines Sturzes im richtigen Moment und nach allen Seiten hin lösen“, erklärt Thomas Michael Maier. Alle handelsüblichen Auslösebindungen mit integrierter Bremse erfüllen diese Funktionen grundsätzlich. Allerdings muss ein Fachhändler die Bindung korrekt einstellen und auf den Fahrer entsprechend anpassen. Dabei wird auch die korrekte Funktion der Skibindung in Verbindung mit dem Skischuh überprüft und mit einem Einstellprotokoll bestätigt. „Die Bindung sollte nach jeweils 15 bis 20 Fahrtagen oder vor jeder Skisaison im Fachgeschäft überprüft werden“, rät der TÜV SÜD-Experte. „Die Einstellparameter hängen dabei individuell von Körpergewicht, Größe und Fahrkönnen ab, sowie vom jeweiligen Schuh, der zum Bindungseinstellen unbedingt mitgebracht werden muss.“

Wer beim Kauf von Schuhen und Bindungen ganz sicher gehen will, sollte auf das GS-Zeichen oder das blaue Oktagon von TÜV SÜD achten: So gekennzeichnete Produkte werden einer umfangreichen Prüfung unterzogen und entsprechen den geltenden Sicherheitsanforderungen. TÜV SÜD testet beispielsweise Skibindungen nach DIN ISO 9462. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der Einstellgenauigkeit der Skala, sowie auf dem Funktionieren bei bestimmten Umwelt- und Fahrbedingungen, beispielsweise bei Eisregen oder nach ungeschütztem Transport auf gesalzene Autobahnen. Die Bindungen werden sowohl im Labor als auch unter Praxisbedingungen getestet.

Weitere Informationen: [https://www.tuvsud.com/en/services/product-certification/ps-cert/certification-mark-for-ski-bindings-z2\\_113](https://www.tuvsud.com/en/services/product-certification/ps-cert/certification-mark-for-ski-bindings-z2_113)

**Pressekontakt:**

Dirk Moser-Delarami TÜV SÜD AG Unternehmenskommunikation Westendstr. 199, 80686 München	Tel. +49 (0) 89 / 57 91 – 15 92 Fax +49 (0) 89 / 57 91 – 22 69 E-Mail <a href="mailto:dirk.moser-delarami@tuev-sued.de">dirk.moser-delarami@tuev-sued.de</a> Internet <a href="http://www.tuvsud.com/de">www.tuvsud.com/de</a>
--	---

Im Jahr 1866 als Dampfkesselrevisionsverein gegründet, ist TÜV SÜD heute ein weltweit tätiges Unternehmen. Mehr als 24.000 Mitarbeiter sorgen an über 1.000 Standorten in rund 50 Ländern für die Optimierung von Technik, Systemen und Know-how. Sie leisten einen wesentlichen Beitrag dazu, technische Innovationen wie Industrie 4.0, autonomes Fahren oder Erneuerbare Energien sicher und zuverlässig zu machen. [www.tuvsud.com/de](http://www.tuvsud.com/de)