

Ausrüstung SKI - ALPIN



Welcher Ski für wen?

Aufgaben:

1. Vergleiche die Geometrie der ausgelegten Beispiele.
Beschreibe dazu in Stichworten Taillierung, Biegung, Länge, Breite, usw.
2. Nenne die unterschiedlichen Einsatzbereiche und die Anforderungen, die an den jeweiligen Ski gestellt werden.
3. Ordne die betrachteten Beispiele den Einsatzbereichen zu.
4. Welche Faktoren haben einen Einfluss auf das Fahrverhalten?

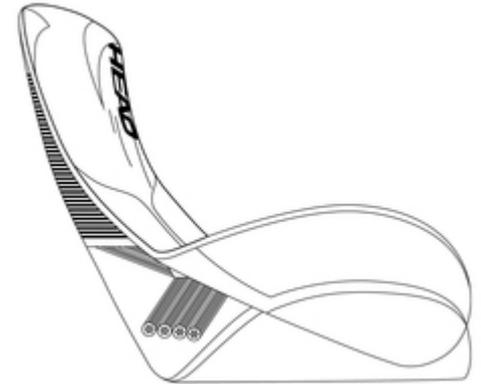
Bindung, Stöcke, Schuhe, Helm

Aufgaben:

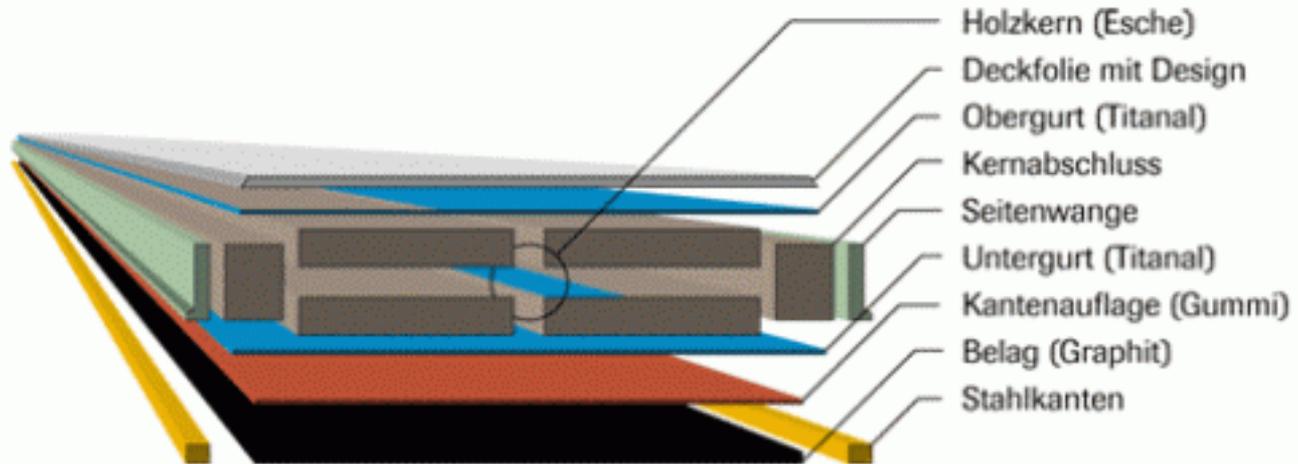
1. Vergleiche die Bindungen an den ausgelegten Beispielen.
2. Benenne die Funktionen einer Bindung.
3. Stelle einen Skischuh in eine Bindung und löse die Bindung aus.
4. Welche Aspekte ergeben sich für den Schulsikikurs?
5. Welche Empfehlungen würdest du deinen Schülerinnen und Schülern für die weitere Ausrüstung (Stöcke, Schuhe und Helm) geben?

Einflussfaktoren auf das Fahrverhalten

- Geometrie
- Auflagefläche (flach/gekantet)
- Biegesteifigkeit
- Torsionssteifigkeit
- Dämpfung der Biegeschwingungen
- Dämpfung der Torsionsschwingungen
- Normalkraftverteilung
- Beschaffenheit der Kante

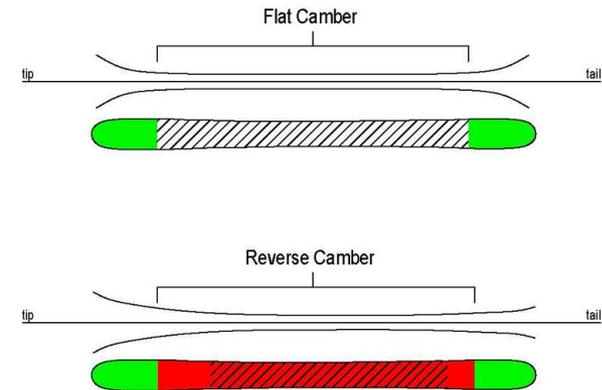
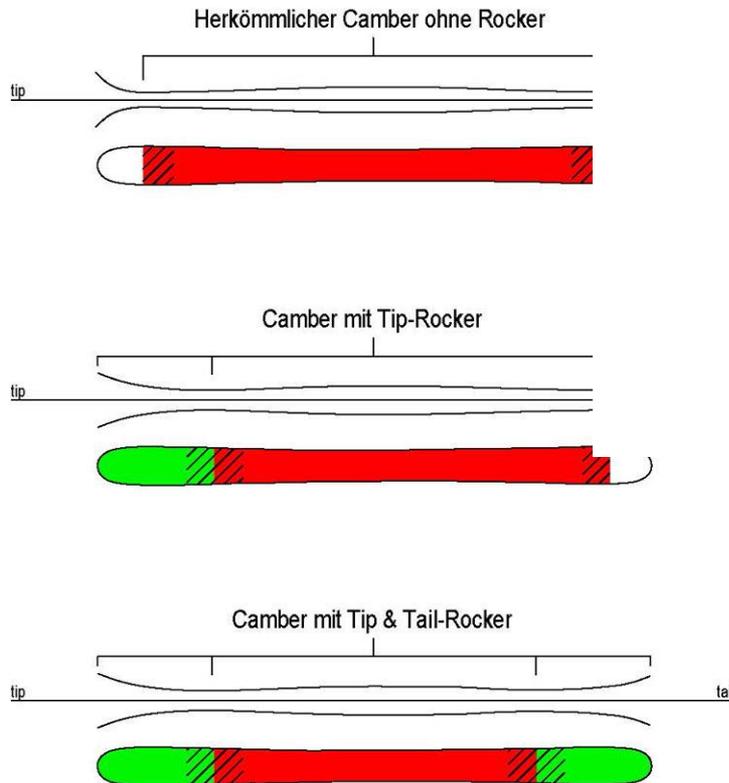


Prinzipieller Aufbau



Geometrie: Rocker vs. Camber

-  Camber
-  Rocker
-  Auflagepunkte

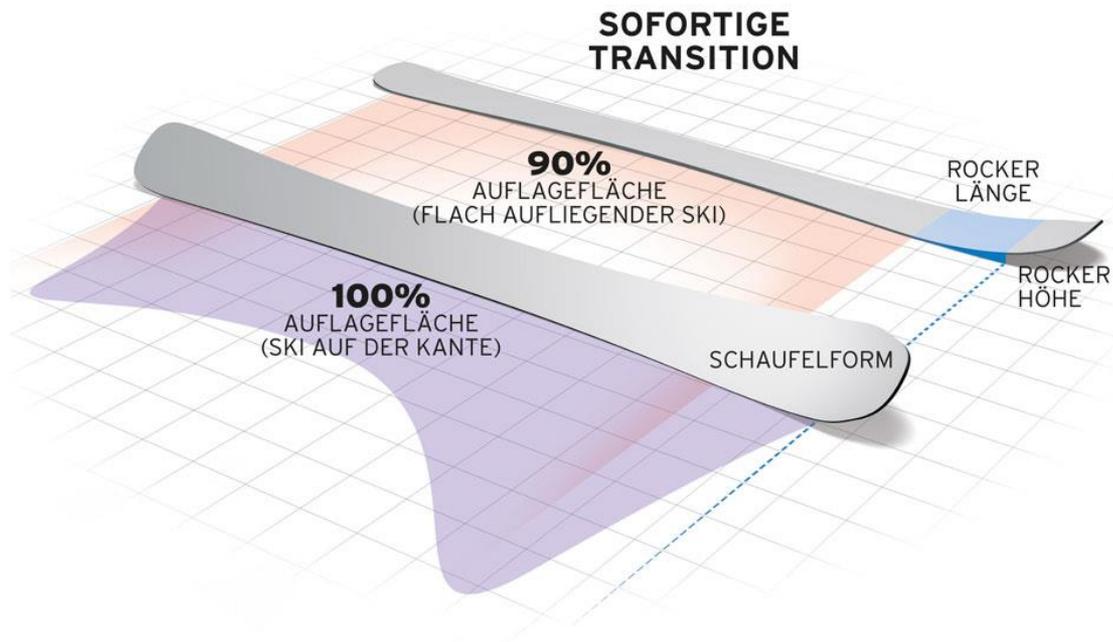


„Pistenrocker“

CARVE ROCKER (X-KART)



- SOFORTIGE KURVENEINLEITUNG
- EINFACHE UND PRÄZISE SCHWUNGFÜHRUNG
- VERSPIELTES FAHRVERHALTEN

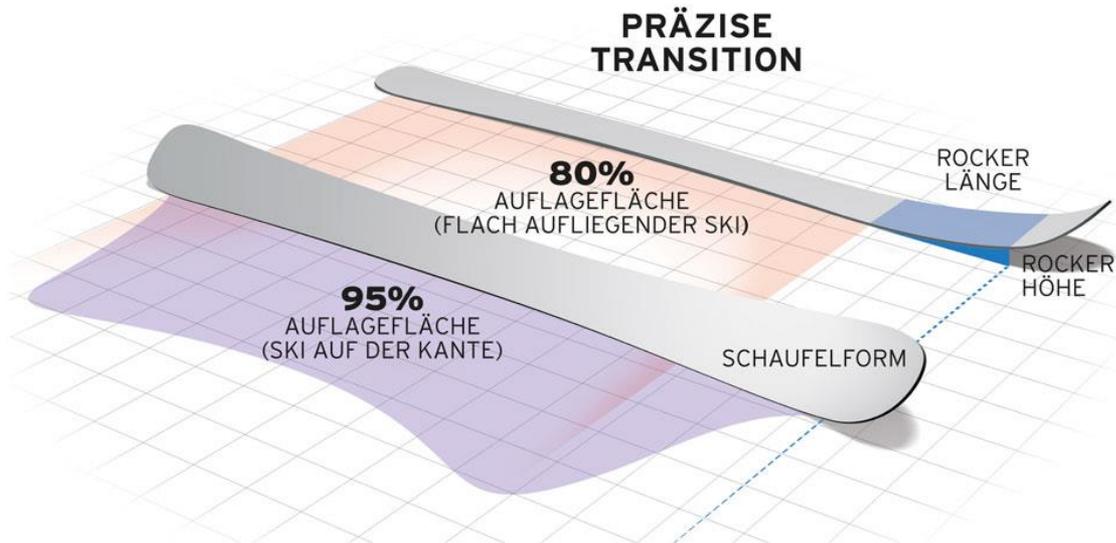


„All-Terrain-Rocker“

ALL TERRAIN ROCKER (SHOGUN, GEISHA, EL DICTATOR, SENTINEL, LORD, LADY, ORIGINS, ENDURO)



- FLÜSSIGE BODENDÄMPFUNG
- PERFORMANCE AUF DER PISTE
- EINFACHES UND PROGRESSIVES DREHEN
- PRÄZISION

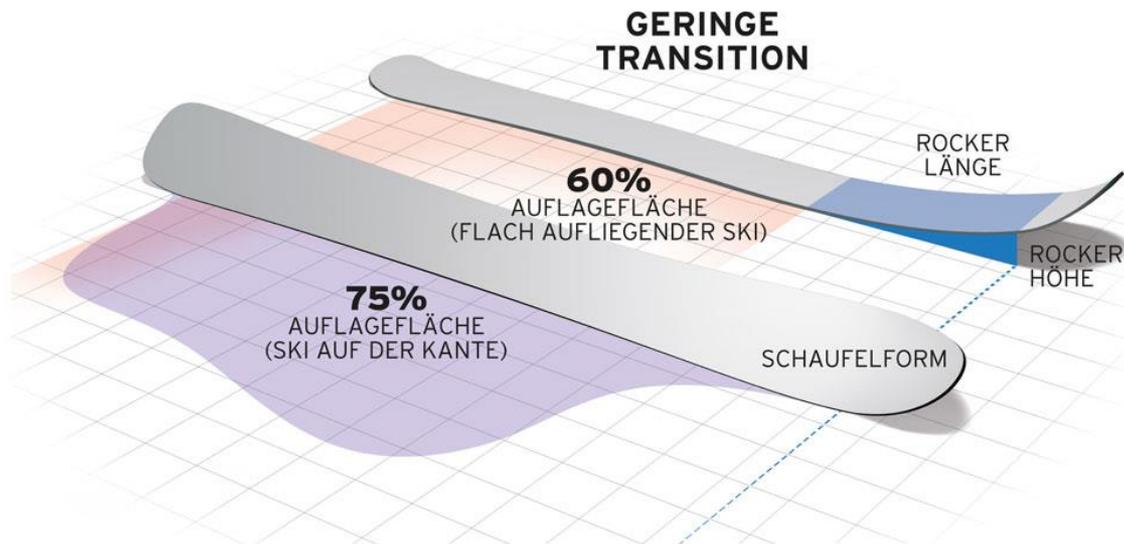


„Tip-Rocker“

POWDER ROCKER (CZAR, ROCKER)



- TREIBT AUF DEM SCHNEE
- VERSPIELT UND MANÖVRIERFÄHIG
- STABIL BEI HOHER GESCHWINDIGKEIT

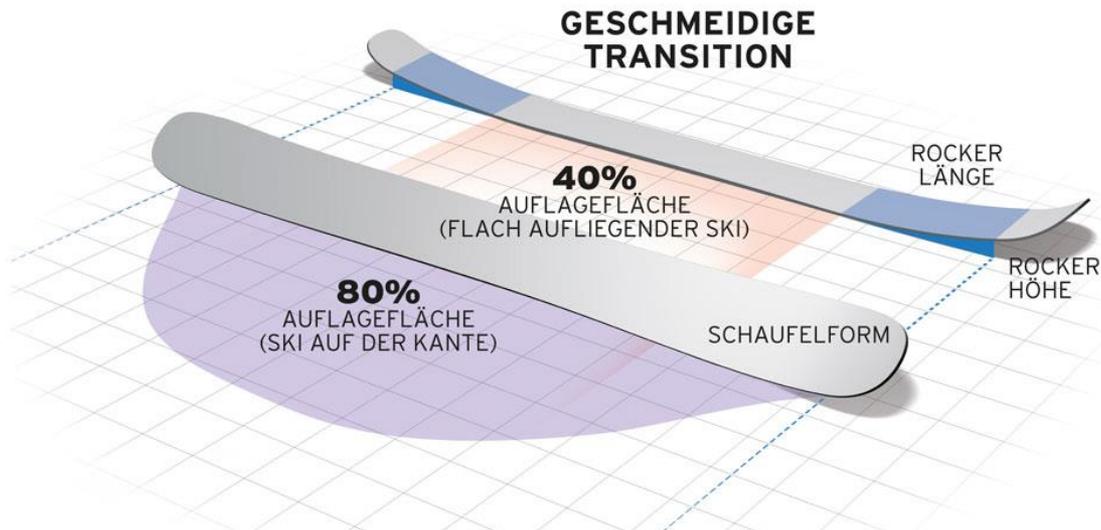


„Tip-and-Tail-Rocker“

TWIN ROCKER (TWENTY TWELVE, ROCKER²)



- MAXIMALE SPIN/DREH-EIGENSCHAFTEN UND EINFACHES SWITCH-FAHREN
- MAXIMALES SURF-GEFÜHL
- SEHR VERSPIELT UND MANÖVRIERFÄHIG



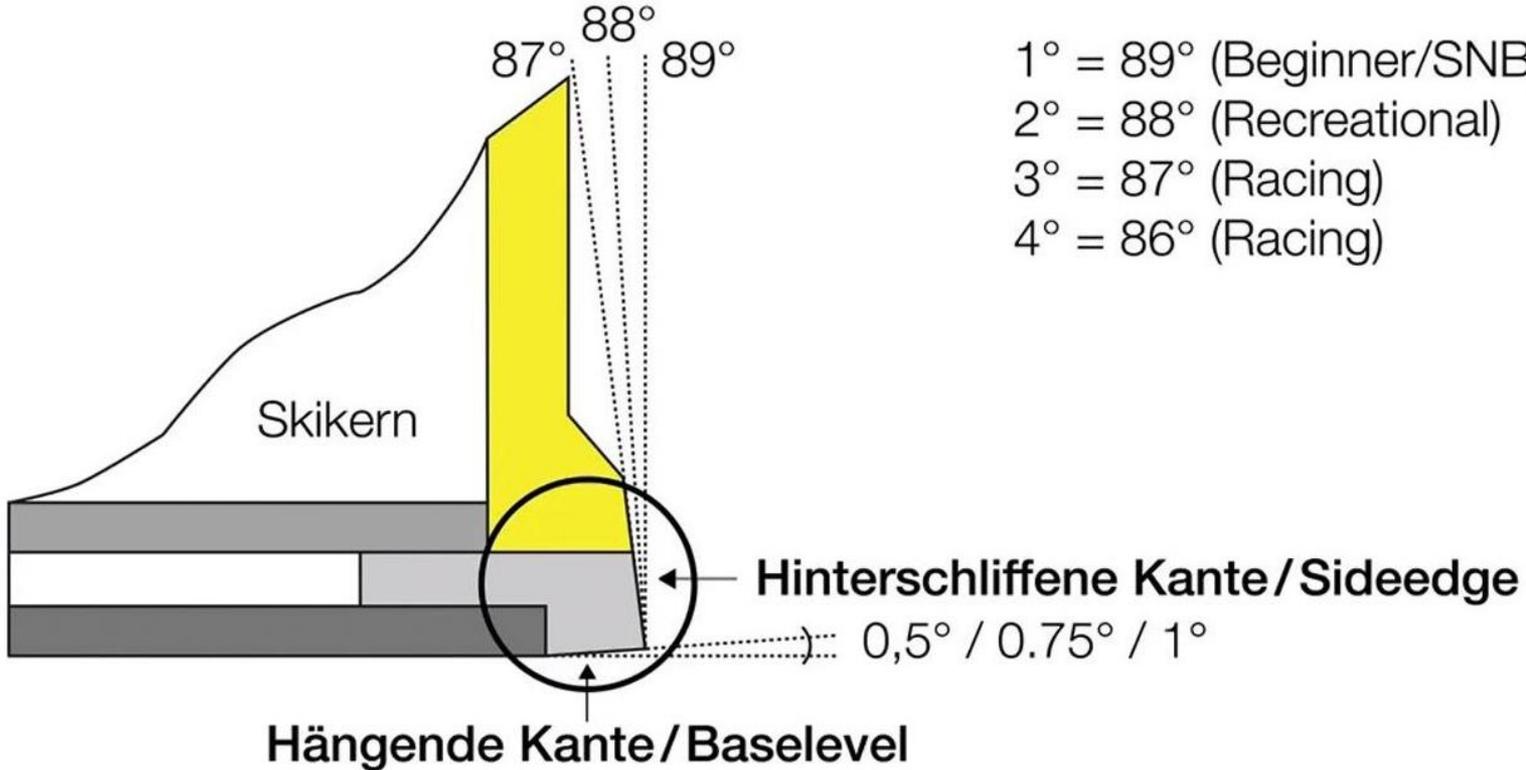
Skitypen

Skityp	geeignet für...	Fahr- können	Tempo	Länge (L), Radius (R), Mitte (M)
All- round	Einsteiger, Genießer. erste Richtungsänderungen nahe der Falllinie auf flachen Pisten	gering bis mittel	niedrig bis mittel	L: Körpergröße -10 bis -20cm R: 14-17 m M: 72-76 mm
All- mountain	Genießer, Allrounder: Paralleles Kurvenfahren auf Pisten (70%), im Gelände (30%) (breite Anwendung)	mittel bis hoch	mittel	L: 165-180 cm R: 15-19 m M: ca. 85 mm
Sport	Sportliche Fahrer, vielseitig einsetzbar	mittel bis hoch	mittel bis hoch	L: 165-185, Körpergröße +5 R: 14-17

Skitypen

Skityp	geeignet für...	Fahr- können	Tempo	Länge (L), Radius (R), Mitte (M)
Slalom	Sportliche Fahrer: Enge Kurven auf allen Pisten (Kleine Radien)	mittel bis sehr hoch	mittel bis hoch	L: 155-175 R: 11-15 m M: 63 mm
Race	Sportliche Fahrer: Ausgeprägtes, paralleles Kurvenfahren (große Radien)	mittel bis sehr hoch	mittel bis sehr hoch	L: 170-190 cm Körpergröße +10 R: 15-21m
Spezial- ski	Freeride, Powder, Offpiste 30% Piste, 70% Gelände 100% Gelände	hoch bis sehr hoch	mittel bis hoch	L: 170-190, R: 14-17 M: bis 130 mm
Freestyle	Park & Pipe	hoch		L: Körper-5

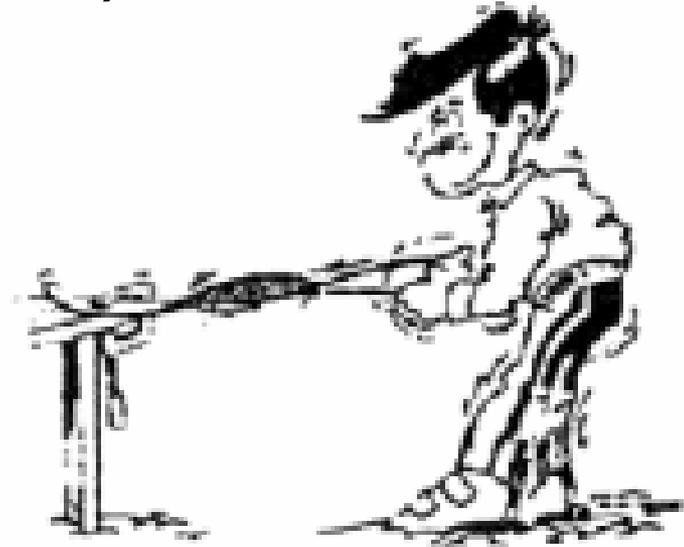
Hängende Kante und Kantenwinkel



Torsionssteifigkeit

Je torsionssteifer ein Ski, desto....

- höher ist die Gefahr von Instabilität bei übermäßigem Aufkanten („Rattern“).
- besser ist die Eisgriffigkeit.
- besser ist die Eignung für den geschnittenen Schwung



Biegesteifigkeit

Je härter der Ski in der Schaufel ist, ...

- desto besser die Spurstabilität.
- desto schlechter die Dämpfung.

Je härter der Ski in der Skimitte ist, ...

- desto ausgeprägter werden die Steuerkräfte über die Skilänge verteilt.
- desto besser ist der Kantengriff auf harten Pisten.
- desto besser ist die Richtungsstabilität.
- desto stärker ist das Rückfedern in Buckeln.

Biegesteifigkeit

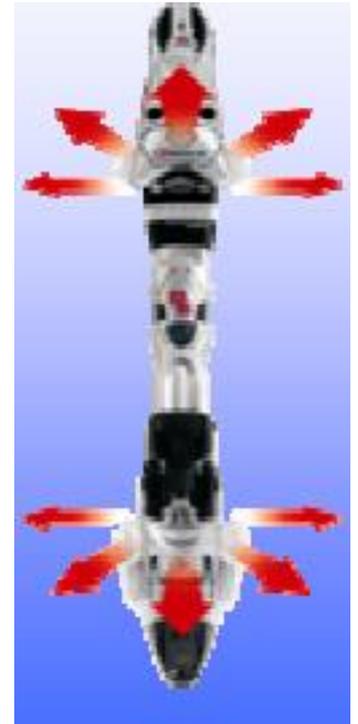
Je weicher ein Ski ist, ...

- desto leichter lässt er sich in Buckel und Gelände fahren.
- desto schlechter ist die Führung bei hohen Geschwindigkeiten.
- desto schlechter ist die Eignung für den geschnittenen Schwung.



Die Bindung

- Preiswerte Bindungen lösen in 1-2 Richtungen aus. Topmodelle in alle Richtungen.
- Die Auslösekraft wird über den eingestellten Z-Wert gesteuert:
- Der Wert richtet sich nach Körpergröße, Gewicht, Alter, Fahrkönnen und Schuhsohlenlänge.
- Nur Bindungen nach DIN ISO 9462 verwenden.
- Auf TÜV (GS) und/oder IAS Prüfzeichen achten.



Bindungseinstellung

Einstellung nur vom autorisierten Fachbetrieb
vornehmen lassen!

Die Einstellung nach...

- der Tibiamethode nach IAS-Empfehlung basiert auf der Messung des Tibiakopfes.
- der Gewichtsmethode (DIN ISO 11088) basiert auf statistisch ermittelten Daten. Folgende Faktoren werden berücksichtigt: Körpergröße, Gewicht, Alter, Fahrkönnen,...



Stöcke

- Auch Stöcke unterliegen einer Norm (DIN ISO 7331). Nur diese sind zu verwenden.
- Geregelt wird der Sicherheitsgriff und die Sicherheitsspitze.
- Die empfohlene Stocklänge beträgt Körpergröße x 0,72

Tipp:

Im Stand die Stöcke halten,

Spitzen auf den Boden stellen:

Oberarme und Unterarme ca. 90°



Skischuhe

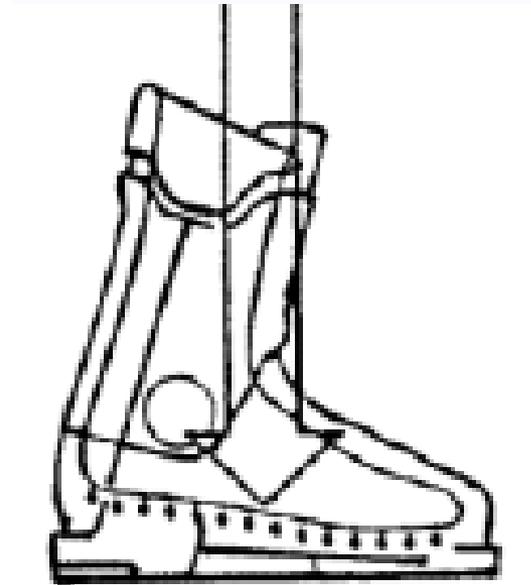
- Nach DIN ISO 5355
- Für Einsteiger: bequeme Schuhe mit hoher Schaftbeweglichkeit nach vorne (geringem Flex)
- Schuhe nicht zu groß kaufen

Tipp:

Gerade Knie: leichter Kontakt der Fußzehen vorne am Schuh

Gebeugte Knie: keine Kontakt der Fußzehen vorne am Schuh

- Auf guten Fersensitz achten



Helm und Rückenprotektor

- Helmpflicht für...
 - Skifahrer und Snowboarder bei Schulschikursen
 - Jugendliche bis zu 14 Jahren in Italien
 - Jugendliche bis 15 Jahren in Österreich und Kroatien
 - im Wettkampfbereich für Jugendliche bis zu 14 Jahren
 - für alle Wettkämpfer im Super G und bei Abfahrtsläufen
- Rückenprotektorempfehlung für Extrembereiche (Gelände/Funpark)



Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit!

