

Pumptrack: Sicherheitsaspekte

Auch Pumptracks bergen – wenn auch ein geringes – Unfallrisiko. Die bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung gibt Tipps, um eine maximale Sicherheit zu gewährleisten.



Die ersten Pumptracks sind in Hinterhöfen, Gärten und auf Brachen auf engstem Raum entstanden. Nicht immer ganz legal. In ihrem [Leitfaden «Mountainbike-Anlagen»](#) zeigt die bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung, wie bei der Realisierung eines entsprechenden Projektes vorgegangen werden kann. Mit einer angemessenen Planung und einer vorangehenden Analyse der Bodenbeschaffung ist es möglich, einen sicheren Pumptrack zu realisieren, der für den Unterhalt ein Minimum an Kosten verursachen wird.

Ohne Hindernisse

Jede Einrichtung soll der Umgebung angepasst werden. Es ist besser, unterschiedliche Niveaus und Treppenabsätze sowie Löcher und Gräben zu meiden, die im Fall eines Sturzes eine Gefahr für Füße und Knie darstellen können. Es ist wichtig, Hindernisse wie Kiesel oder Baumstümpfe von der gewünschten Fahrbahn zu entfernen. Der Biker soll seine Fahrt ohne Hindernis beenden können, falls er die Strecke nach einem Fahrfehler mittendrin verlassen muss.

Mit Blickkontakt

Die wichtigsten Sicherheitsvorkehrungen werden in der Linienführung getroffen. Fahrrichtungen müssen bedacht werden. Müssen Linien zusammengeführt werden, sollen beide über eine längere Distanz gegenseitig einsehbar sein oder zuerst parallel verlaufen, bevor sie zusammengeführt werden. Durch den Blickkontakt können Fahrer frühzeitig abbremsen oder ausweichen. Es ist daher besser, wenn sich Linien frontal statt in einem rechten Winkel treffen. Kreuzungen sind somit zu vermeiden.

Übersicht behalten

Obwohl der Pumptrack eine Endlosschleife ist, wird von einem bestimmten Punkt aus gestartet. Dieser soll die Übersicht über einen grösstmöglichen Teil der Anlage gewährleisten und für mehrere wartende Fahrer ausgelegt sein. Ein Startpunkt ist idealerweise nicht stark erhöht. Ruhezone Jede Pumptrack-Anlage birgt das Risiko von Kollisionen. Daher soll der Ein- und Ausfahrt klar definiert werden. Von dort soll der Ankommende unmissverständlich zum Rastplatz geleitet werden. Für Zuschauer und Unbeteiligte soll die befahrene Strecke eindeutig vom Gehweg abgegrenzt und dennoch einsehbar sein.

Tadelloses Equipment

Pumptracks eignen sich grundsätzlich für jede Art von Mountainbikes. Ein Bike mit Federgabel vereinfacht allerdings die Pump-Bewegungen. Die Ausrüstung schliesst natürlich Helm und Handschuhe ein. Ebenfalls empfohlen ist das Tragen von Ellenbogen- und Knieschutz.

Quelle: [Fachdokumentation Mountainbike-Anlagen: bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO