

Aliens auf der Piste

Wenn man heute im Schneisport von Trendsportgeräten spricht, so sind damit nicht mehr Snowboards oder Carving-Skis gemeint. Vielmehr wird diese Bezeichnung im Zusammenhang mit Geräten wie Snowdecks, Snowskates, Snowscooter, Airboards oder Nordic Cruiser benutzt.

Die erwähnten Produkte stellen nur eine Auswahl von Trendsportgeräten dar, die heute auf dem Markt angeboten werden. Eines haben alle Geräte gemeinsam: Betrachtet man die Benutzerinnen und Benutzer, stellt man fest, dass die Freude, etwas Neues zu entdecken im Vordergrund steht. Vor diesem Hintergrund ist jedem Schneisport-Leiter zu empfehlen, bei passender Gelegenheit das eine oder andere dieser Geräte in seinen Unterricht zu integrieren. Die Leitfrage für den Schneisportunterricht: Welche Perspektiven ergeben sich aus den Trendsportgeräten, und wie lässt sich ein Unterricht mit diesen Geräten gestalten?

In diesem Zusammenhang sei auch auf die rechtlichen Grundlagen, denen die erwähnten Geräte bei der Benutzung unterliegen, hingewiesen (siehe Kasten auf Seite 3).

Snowscooter – das winterliche Bike



Was? Eine Art Trottnett, bei dem die Lenkergabel auf einem kurzen Board, und die Standfläche auf einem etwas längeren fixiert ist. Snowscooter findet man vor allem in Frankreich.

Wie? Aus Sicht der Bewegungslehre ist ein

Transfer zum Skifahren und Snowboarden nur bedingt möglich. Die Position des Fahrers auf dem Gerät sowie sein Steuerverhalten entsprechen in nur geringem Masse den bekannten Schneisportdisziplinen. Die Scooter orientierten sich stark an der Mountainbike- und BMX-Szene. Es gibt vereinzelte Events, an denen Wettkämpfe in folgenden Disziplinen abgehalten werden: Freestyle, Jump, Boarder-X, Downhill und Freeride.

Für wen? Was den Unterricht betrifft, findet man auf der Homepage der [Assosiation française de snowscoot](http://www.assosiationfrancaise.de/snowscoot) einige Tipps fürs Snowscooting, die für den Einstieg sehr hilfreich sein können.

Snowdeck oder Snowskates – die schneetauglichen Skateboards



Was? Ein Skateboard ohne Rollen, sondern mit einem Kunststoffbelag. Bei einer zweiten Variante ist ein Mini-Snowboard unter dem Board befestigt. Das Mini-Board liegt dank einer Gelenksplatte ca. 10 cm unterhalb des Boards. Die Geräte heissen je nach Marke «Snowdecks» oder «Snowskates».

Wie? Gefahren wird ohne Bindung in der Skate- oder Snowboard-Position. Ein Fangriemen verbindet das Board mit dem Bein (siehe Foto Seite 4). Bei Modellen ohne Mini-Snowboard können eigentliche Skateboardformen, z. B. Rail-, Slide- und Sprungformen ausgeführt werden. Tricks, bei denen sich das Board unter den Füßen um verschiedene Achsen dreht, sind schwierig. Dazu kommt, dass für solche Tricks der Fangriemen nicht am Bein fixiert sein kann. Mit den übrigen Modellen lassen sich, dank der Verwandtschaft mit der Bewegungsstruktur im Snowboarden, viele Formen und Übungen aus den aktuellen Schneisportlehrmitteln übernehmen.

Für wen? Das Gerät ist dank seiner Vielseitigkeit eine sinnvolle Ergänzung in Kursen oder Lagern. Sind die Lifтанlagen nicht in Betrieb, lassen sich mit wenig Aufwand im flachen oder leicht geneigten Gelände rund ums Lagerhaus Übungs- und Spielformen finden. Handwerklich Begabte können ein solches Gerät auch selbst bauen. Ein gebrauchtes Skatedeck, ein Kurzski (Snowblade oder Skiboard), der etwa 5 bis 10 cm länger als das Deck ist, Hartgummistopper oder Holzblöcke zur Erhöhung und rund vier Bohrungen zur Verschraubung genügen für die Marke «Eigenbau».

Sicherheit: Die Verletzungsgefahr ist grundsätzlich nicht grösser als beim Snowboarden. Aufgrund der Fixierung mit der Leash (Fangriemen) können beim Sturz Verletzungen durch das herumwirbelnde Board auftreten. Helm sowie Handgelenk-, Knie- und Rückenschutz ist deshalb empfehlenswert. Vorsicht ist insbesondere im steilen Gelände geboten, da ab einer bestimmten Hangneigung das Gerät über die Bergkante des Boards wegrutschen kann.

Nordic Cruiser – die spielerischen Langlaufskis



Was? Seit Anfang 21. Jahrhundert werden solchen Langlaufskis gebaut. Der Ski ist breiter und kürzer und dadurch auch stabiler als herkömmliche Langlaufskis. Die Taillierung dieser Schuppenskis erweitert zudem den Anwendungshorizont.

Wie? Nordic Cruiser komplettieren die Palette im Skilanglauf. Mit den verschiedenen Modellen im Skating- und Klassisch-Bereich können alle Formen bzw. Schrittararten, wie sie in den aktuellen Schneesportlehrmitteln beschrieben sind, in und neben der Spur gelaufen werden. Die enorme Drehfreudigkeit lässt viele Spielformen zu, die stabile Führung ermöglicht auch auf harten Oberflächen sicheren Halt.

Für wen? Der Nordic Cruiser ist dank seiner einfachen Handhabung das ideale Lerngerät für Einsteiger/-innen und Kinder. Erfahrungen haben gezeigt, dass bestimmte Bewegungsabläufe, die auf herkömmlichen Langlaufskis Mühe bereitet haben, auf dem Nordic Cruiser besser und viel schneller beherrscht werden. Das Gerät hat aber auch für Fortgeschrittene und Könnern einiges zu bieten. Als ideales Spielgerät kann es beispielsweise in Fun Parks und für Ski Cross eingesetzt werden, es eignet sich in Lagern für Skiwandertouren oder bietet auch eine Trainingsalternative.

Airboard – das weiche Schneesportgerät



Was? Ein aufblasbares dreieckiges Luftkissen mit einer robusten Membran. Dank seiner Führungsrillen lässt es sich sehr gut steuern und kontrollieren.

Wie? Die Szene preist das Airboarden mit dem folgenden Slogan an: «4 Millionen Jahre nachdem sich der erste Mensch aufge-

richtet hat, ist die Evolution endlich so weit fortgeschritten, dass sich der wintersportliche Homo sapiens wieder hinlegt – Airboard sei Dank!» Gefahren wird also bäuchlings, sowohl auf als auch neben der Piste. Man kann schwingen und springen, und es ist erstaunlich, wie gut das Airboard auch bei grösseren Sprüngen den Aufprall absorbiert. Entlüftet haben die Airboards eine handliche Grösse und lassen sich bequem in einen Rucksack packen und so auf einer Schneeschuhwanderung mitführen – wobei man die Luftpumpe am besten auch gleich mitnimmt!

Für wen? Was den Unterricht auf Airboards betrifft, ist neben der Einhaltung der aufgeführten Regeln zusätzlich auf eine durchdachte, niveau- und bedürfnisangepasste Organisation der Gruppe zu achten. Das Airboard steht bezüglich Akzeptanz im Schneesport möglicherweise an einer ähnlichen Stelle wie das Snowboard in seinen Anfängen. Ein korrektes und rücksichtsvolles Verhalten der Airboarder gegenüber den übrigen Pistenbenutzern kann diesem Trendsportgerät zu einem künftig positiven Image verhelfen.

Sicherheit: An einem der Handgriffe ist eine Sicherheitschlaufe oder Leash für das Handgelenk befestigt. Da das Airboard sehr leicht und weich ist, können bei einem Sturz durch das Gerät selbst praktisch keine Verletzungen resultieren. «Nur mit dem Topf auf dem Kopf!», lautet jedoch die Regel bezüglich Helmtragen.



Skateboard in Weiss

Rollbrettler müssen nicht mehr länger auf den Sommer warten. Das Snowskate ist da! Das Kind von Snow- und Skateboard braucht jedoch eine gute Erziehung. Sonst macht das Snowskate, was es will.

So kommst du in Fahrt!

Gleiten und bremsen, traversieren, rutschen steuern sind auf diesem neuen Sportgerät nicht einfacher geworden. Dank der «freien» Füßen gibt es jedoch neue Übungs- und Spielmöglichkeiten.

Rodel Champ

Die Fahrer/-innen sitzen auf ihren Boards. Mit Hilfe der Arme bewegen sie ihr Gerät im flachen Gelände fort.

Organisation:

- Im Schwarm.
- Als Gruppenwettkampf.
- Mit Partner (schieben und ziehen).

Surf Champ

Die Fahrer/-innen stehen auf ihrem Board und halten das Gleichgewicht. Als erschwerende Variante kann die Standwaage probiert werden.

Organisation:

- Mit Partner (schieben oder ziehen).
- Als Gruppenwettkampf.

Snowdeck-Pflug

Zwei Fahrer/-innen «pflügen» auf den Geräten wie mit den Skiern.

Trottinett

Ein Fuss wird auf dem Board platziert, der andere schiebt das Gerät an. Bei genügender Geschwindigkeit gleiten die Fahrer/-innen mit beiden Füßen auf dem Board möglichst lange.

Hinweise:

- Leash (Fangriemen) am Handgelenk fixieren.
- Fussposition wechseln.

Take Off

Der hintere Fuss befindet sich auf dem Tail, das Brett ist aufgestellt und in Falllinie gerichtet. Nun stellen die Fahrer/-innen den vorderen Fuss auf das Brett und gleiten los.

Hinweise:

- Fussposition wechseln.
- Gleiche Übung in Rückwärtsfahrt (fakie) ausprobieren.

Monoski

Beide Füße werden parallel in Fahrtrichtung auf dem Board platziert. In dieser Position gleiten die Fahrer/-innen.

Hinweise:

- Ein leicht geneigter Hang bietet ideale Voraussetzungen.
- Die Übung lässt sich auch in Rückwärtsfahrt ausprobieren.

Rechtsslage für neue Schneesportgeräte

Wie in anderen Lebensbereichen beruft sich auch der Schneesportler auf die persönliche Freiheit, insbesondere auf die Bewegungsfreiheit. Diese ist jedoch nicht grenzenlos. Sie hört dort auf, wo die Freiheit des andern beginnt. Der Schneesport wickelt sich nicht in einem rechtsfreien Raum ab. Gefährdung und Verletzung anderer sind strafbar.

Der Rechtsberater muss stets an die Eigenverantwortung sämtlicher Schneesportler/-innen (Skifahrerinnen, Snowboarder, Carverinnen, Schlittler, Airboarderinnen u.a) erinnern. Der Eigenverantwortung steht die Verkehrssicherungspflicht der Bergtransportunternehmungen gegenüber. Diese ergibt sich aus den SKUS-Richtlinien für Anlage, Betrieb und Unterhalt von Schneesportabfahrten.

Fremdkörper auf den Abfahrten

Für die Verantwortlichkeit der Benutzer neuer Geräte wie Snowdeck, Snowskater, Snowscooter bis hin zum Airboard gilt, was die Rechtsprechung bei der Beurteilung eines Schlittelfalles auf einer Schneesportabfahrt festgehalten hat: Wie der Schlittlerfahrer muss sich der Benutzer neuer Schneesportgeräte bewusst sein, dass er auf einer solchen Abfahrt ein «Fremdkörper» ist und seine Fahrweise entsprechend anpassen muss. Die Grundsätze:

- Die Schneesportabfahrten (Pisten und Abfahrtsrouten) sind für Skifahrer und Snowboarderinnen, nicht aber für Airborder und Benutzer anderer Geräte bestimmt.
- Airborder und Benutzer anderer neuer Geräte, welche Schneesportabfahrten benutzen, müssen sich bewusst sein, dass sie ihre Fahrweise den Skifahrern und Snowboarderinnen anzupassen und deren FIS-Verhaltensregeln einzuhalten haben.
- Die Gerichtspraxis anerkennt die FIS-Regeln als Massstab für die auf Abfahrten übliche Sorgfalt.
- Die SKUS-Richtlinien, mit den FIS-Regeln, können von www.skus.ch heruntergeladen und gratis bezogen werden.
- Es steht den verkehrssicherungspflichtigen Unternehmungen frei, für Airborder und Benutzer anderer Geräte von den Abfahrten getrennte Sonderanlagen zu schaffen und diese entsprechend zu kennzeichnen.
- Die Beförderung von Airbords und anderen Geräten an Skiliften kann eingeschränkt werden.

www.skus.ch

One Foot

Wer gleitet am längsten auf einem Bein?

Hinweis:

- Bein wechseln.

Slide

Die Fahrer/-innen üben an einem leicht geneigten Hang das Rutschen in der Falllinie sowie das Traversieren. Dies dient als Vorübung zum «Railslide».

Hinweise:

- Der Hang muss ausreichend Neigung aufweisen, dass eine leichte Beschleunigung der Falllinienfahrt möglich ist.
- Eine gut präparierte Piste vereinfacht das Rutschen.

Stoppschwung

Nach einer kurzen Falllinienfahrt wird das Board durch Querstellen gestoppt. So wird die Form «Spray» vorbereitet.

Hinweis:

- Die Übung soll auf beiden Kanten beherrscht werden.

Duck Walk

Die Fahrer/-innen bewegen sich mit dem Board quer zur Fahrtrichtung fort. Dies tun sie durch abwechselndes Aufkippen von Tail und Nose.

Hinweise:

- Diese Übung eignet sich für ebenes Gelände oder Pisten mit leichtem Gefälle.
- Mit dem «Duck Walk» kann man auch rückwärts gehen.



Bereit zum Abheben

Sobald die Fahrer/-innen etwas mit dem Gerät vertraut sind, können sie die ersten Sprünge ausprobieren. Die Landung sowie die spezielle Sprungtechnik erfordern Geschick, lassen sich aber in einfachem Gelände gut erarbeiten.

Switch

Aus der Falllinienfahrt springen die Fahrer/-innen von Goofy auf Regular und zurück.

Hinweise:

- Die Leash muss am Handgelenk befestigt werden.
- Der Hang soll eine leichte Neigung aufweisen.

Ollie

Die Fahrer/-innen heben das Board mit dem Ollie kurz ab. Wer den Ollie beherrscht, kann ihn in der Falllinie, der Schrägfahrt und über kleine Hindernisse ausprobieren. Für Köhner/-innen bietet das Gelände viele Gelegenheiten in Form von Kuppen und Hügeln, verschiedene Airs und Grabs auszuprobieren.

Hinweise:

- Immer zuerst im Stand in der Ebene üben.
- Der Ollie in der Traverse stellt die grösste Herausforderung dar.

Die Kurve kriegen

Wie mit Skis und Snowboard sind auch mit dem Snowdeck verschiedene Arten von Schwüngen realisierbar. Das Rutschen und Carven mit verschiedenen Radien, das Spielen mit Tempo und Widerstand machen Spass und geben Sicherheit.

Schau mir in die Augen, Kleines

Zwei Fahrer/-innen fassen sich die Hände. Indem sie sich gegenseitig stützen, fahren sie Kurve um Kurve.

Hinweise:

- Durch die gegenseitige Hilfestellung wird die Schwungausrösung einfacher.
- Goofies und Regulars können in der Regel problemlos zusammengeführt werden.

Scharfe Kurven

Durch dosiertes Drücken der Zehen- resp. Fersenkante wird das Board durch die Kurve gesteuert.

Hinweis:

- Das Rutschen im Schwung nach und nach vermeiden.

Ultra-Carves

Durch starkes Kanten des Boards werden grosse Schwüngen ohne zu rutschen realisiert.

Hinweise:

- Tempo, Gelände und Radien variieren.
- Mit Trinkbechern kann ein Parallelslalom ausgesteckt werden.

Spray

Aus der Falllinienfahrt wird das Board mittels Gegendrehen möglichst rasch gestoppt. Maximaler Kanteneinsatz deckt die Umstehenden mit einer Schneewolke ein!

Wischi-Waschi

Durch schnelles Gegendrehen kann eine Form des «Kurzschwüngen» realisiert werden.

Hinweis:

- Auf flachen bis mittelsteilen Pisten.

Tricks zum Durchstarten

Auf der Basis der bereits erwähnten Formen sind eine grosse Zahl von Kombinationen möglich. Im folgenden Teil wird eine kleine Auswahl präsentiert. Lasst euch inspirieren!

Wheelie

Aus der Falllinienfahrt wird das Gewicht auf das hintere Bein verlagert, bis sich die Nase anhebt. In dieser Position gleiten die Fahrer/-innen möglichst lange.

Hinweise:

- Der Wheelie kann auch auf der Nase oder Fakie gefahren werden.
- Als Form für Fortgeschrittene können aus der Wheelie-Position heraus kleine Schwünge gefahren werden.

Speed Check

Vor, während oder nach dem Schwung wird das Board kurz quer gestellt.

Hinweis:

- Dies ist eine der schwierigsten Formen!

Slide

Boardslide (Board quer) oder «Fifty-Fifty»-Slide (Board längs) über eine im Schnee liegende Holz- oder Plastikstange.

Railslide

Verschiedene Arten von Slides werden über kleine Rails (spezielle Geländer und Hindernisse) realisiert.

Hinweise:

- Jedes Rail soll vor der ersten Fahrt beachtet werden. Abstand einhalten, Sprünge absichern etc. (erhöhte Verletzungsgefahr!).
- Das Board kann beschädigt werden.

Walzerturn

Aus der Schrägfahrt wird eine Drehung um 360° eingeleitet. Der Walzerturn kann auf zwei Arten gefahren werden: beim Einleiten oder beim Ausfahren der Kurve.

Powerslide auf Fakie

Mit einem Powerslide wird von der Vorwärts- in die Rückwärtsfahrt (Fakie) gewechselt – oder umgekehrt.

Nose- und Tailturn

Die Kurve auf Nose respektive Tail wird zuerst mit Partnerhilfe geübt. Danach versuchen die Fahrer/-innen, mit den neu gelernten Techniken Kurven einzuleiten.