

Sicherheit beim Inline-Skating!

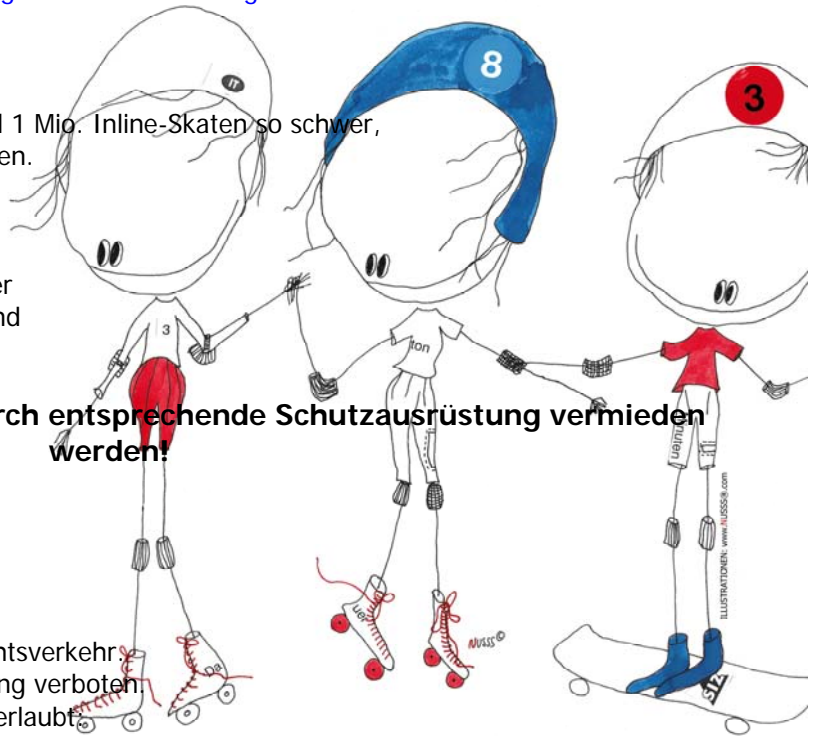
Der aktuelle Selbstschutztipp zum Frühjahrsbeginn

Inline-Skating bietet vorzügliche Trainingsmöglichkeiten. Ausdauer, Schnelligkeit, Kraft, sowie koordinative Fähigkeiten können verbessert werden. Durch Kurvenfahren, Sprünge und Tricks werden Gleichgewicht, Rhythmusgefühl und Orientierungsverhalten bestens geschult.

Achtung:

Jährlich verletzen sich ca. 10.000 der rund 1 Mio. Inline-Skater so schwer, dass sie im Spital behandelt werden müssen. Die meisten Unfälle sind Einzelstürze. Etwa die Hälfte der Unfälle passieren beim „normalen“ Fahren. Die typische Inline-Skate-Verletzung ist der Bruch des Unterarms, des Handgelenks und des Ellbogens.

2/3 der Verletzungen können durch entsprechende Schutzausrüstung vermieden werden!



Worauf man achten muss:

- o In Österreich gilt grundsätzlich Rechtsverkehr.
- o Auf den Fahrbahnen ist Inline-Skating verboten.
- o Auf Radfahranlagen ist das Skaten erlaubt, nicht jedoch auf Radfahrstreifen außerhalb des Ortsgebietes.
- o Das Benützen von Gehsteigen und Gehwegen ist erlaubt, dabei dürfen Fußgänger weder behindert noch gefährdet werden, ihnen ist grundsätzlich Vorrang zu gewähren.
- o Das Fahren mit Inline-Skatern in Wohnstraßen, Fußgängerzonen und für den Verkehr gesperrten Spiel-Straßen ist gestattet.
- o Auf öffentlichen Verkehrsflächen ist das Skaten ab 12 Jahren erlaubt, mit Radfahrausweis ab 10 Jahren; In Wohnstraßen besteht kein Mindestalter.
- o Werden Fußgänger, Radfahrer oder andere Inline-Skater überholt, so sollte dies immer links erfolgen.
- o Das Benützen öffentlicher Verkehrsmittel mit Inline-Skates ist nicht gestattet.

Der SIZ Tipp

- o Ausrüstung immer in Ordnung halten: vor allem die Kugellager der Skates regelmäßig reinigen.
- o Nur auf Gelände skaten, das den eigenen Fähigkeiten entspricht.
- o Immer in kontrollierter Geschwindigkeit skaten und an den erforderlichen Bremsweg denken.
- o Die Grundtechniken des Skatens sollen dort geübt werden, wo niemand gefährdet wird (Freizeitflächen für Skater, Skatehallen, Fun-Parks,...)
- o Für Skate-Anfänger ist der Besuch eines Kurses sehr zu empfehlen, aber auch Fortgeschrittene können von den Tipps der Profis profitieren.

Quelle: Kuratorium für Verkehrssicherheit