

# österr. Kuratorium für alpine Sicherheit

## 10 Rodel-Empfehlungen

1) Nimm Rücksicht auf andere Rodelbahnbenützer.

Verhalte Dich so, dass Du keinen anderen gefährdest oder schädigst.

2) Beachte Sperren und Warnhinweise.

Vergewissere Dich, dass die Strecke zum Rodeln freigegeben ist. Informiere Dich über den Verlauf und Zustand der Rodelbahn.

3) Verwende gute Ausrüstung: Qualitätsrodel, Schutzhelm, festes Schuhwerk.

Aus Sicherheitsgründen keine Plastikbobs oder Plastikuntersätze.

4) Rechts und hintereinander aufsteigen.

Quere die Rodelbahn nur an übersichtlichen Stellen.

5) Fahre kontrolliert, auf Sicht und halte Abstand.

Passen Geschwindigkeit und Fahrweise Deinem Können, der Rodelbahn, den Schnee-, Eis- und Witterungsverhältnissen, sowie der Verkehrsdichte an.

6) Mach auf Dich aufmerksam.

Warne unaufmerksame Aufsteiger (Schellen, lautes Rufen).

Bei Dunkelheit: Stirnlampe und reflektierende Kleidung.

7) Warte an übersichtlichen Stellen auf Deine Begleitung.

Vergewissere Dich, dass Deine Gruppe vollständig ist.

Halte nie an engen und unübersichtlichen Stellen.

8) Rodeln auf Schipisten ist gefährlich und verboten.

Die Kollisionsgefahr mit SchifahrerInnen ist groß.

In der Nacht festgefrorene Rodel-Spuren beeinträchtigen die Pistenqualität.

9) Keine Hunde.

Hunde sind bei Aufstieg und Abfahrt schwierig zu führen, es besteht auf den meist engen Rodelbahnen große Kollisionsgefahr mit den Abfahrenden.

10) Keine Beeinträchtigung durch Alkohol oder Medikamente.

Suchtmittel beeinträchtigen die Reaktionsfähigkeit und verringern die richtige Gefahreinschätzung.

Auch beim Rodeln gilt: Leiste Erste Hilfe und weise Dich bei Unfällen aus.

**Infos: Österreichischer Rodelverband und Sportfachhandel**

## Empfehlungen zum Rodelsport

Rodeln bietet für jedes Alter eine fantastische Freizeitgestaltung im Winter. Im Unterschied zum Rutschen oder "Schlitteln" auf Hügeln werden beim Rodeln auf Alm- oder Wirtschaftswegen einige hundert Höhenmeter in ein- oder mehrstündige Märschen aufgestiegen und dann rasant abgefahren. Rodeln ist schnell, ausgelassen und ein Familiensport. Rodeln ist ein Hochgeschwindigkeitssport.

Regelmäßig kommt es dabei zu schweren Unfällen. Wichtig sind lenkbare Untersätze, dh flexible Rodelrahmen. Klassische (starre) Bockrodeln oder Plastikbobs sind zum Rodeln eigentlich völlig ungeeignet.

Problematisch ist, dass sich Aufsteigende und Abfahrende auf engstem Raum bewegen.

### Betroffene

Rodeln kennt 2 Risikogruppen: „Junge Wilde“, die zu schnell fahren und nicht selten alkoholisiert sind; und „Ältere Semester“, die beim Bergmarsch einen Herzinfarkt erleiden.

### Alkohol und mangelnde Erfahrung

Vielen Rodelabenteuern geht oft ein zünftiger Hüttenabend voraus. Die Kombination aus Unerfahrenheit und Rausch endet häufig im Spital.

### Kollisionen

Dunkle Wege, die zugleich als Aufstieg und Abfahrt dienen, gelten als besonders gefährlich. Das Kuratorium rät – wie auch im Straßenverkehr – zur Rechtsregel: Am rechten Rand bergwärts aufsteigen und am rechten Rand talwärts fahren.

### Helm und Licht

Wir empfehlen uneingeschränkt einen Helm zu tragen, insbesondere für Kinder: Helme können schwere Schädel-Hirn-Verletzungen meist verhindern.

Stirnlampe, Reflektorstreifen und Glocken senken das Risiko einer Kollision.