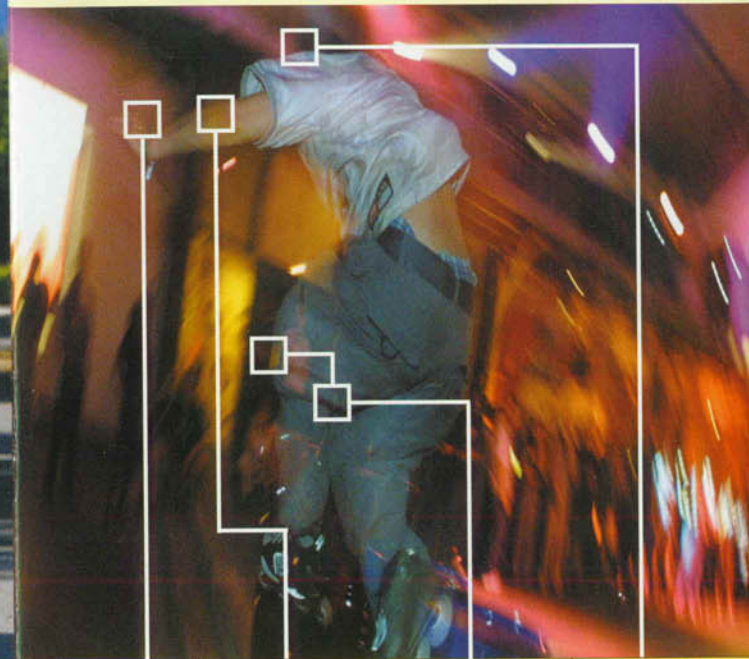




IMMER UND ÜBERALL
DIE SCHUTZAUSRÜSTUNG
VERWENDEN!

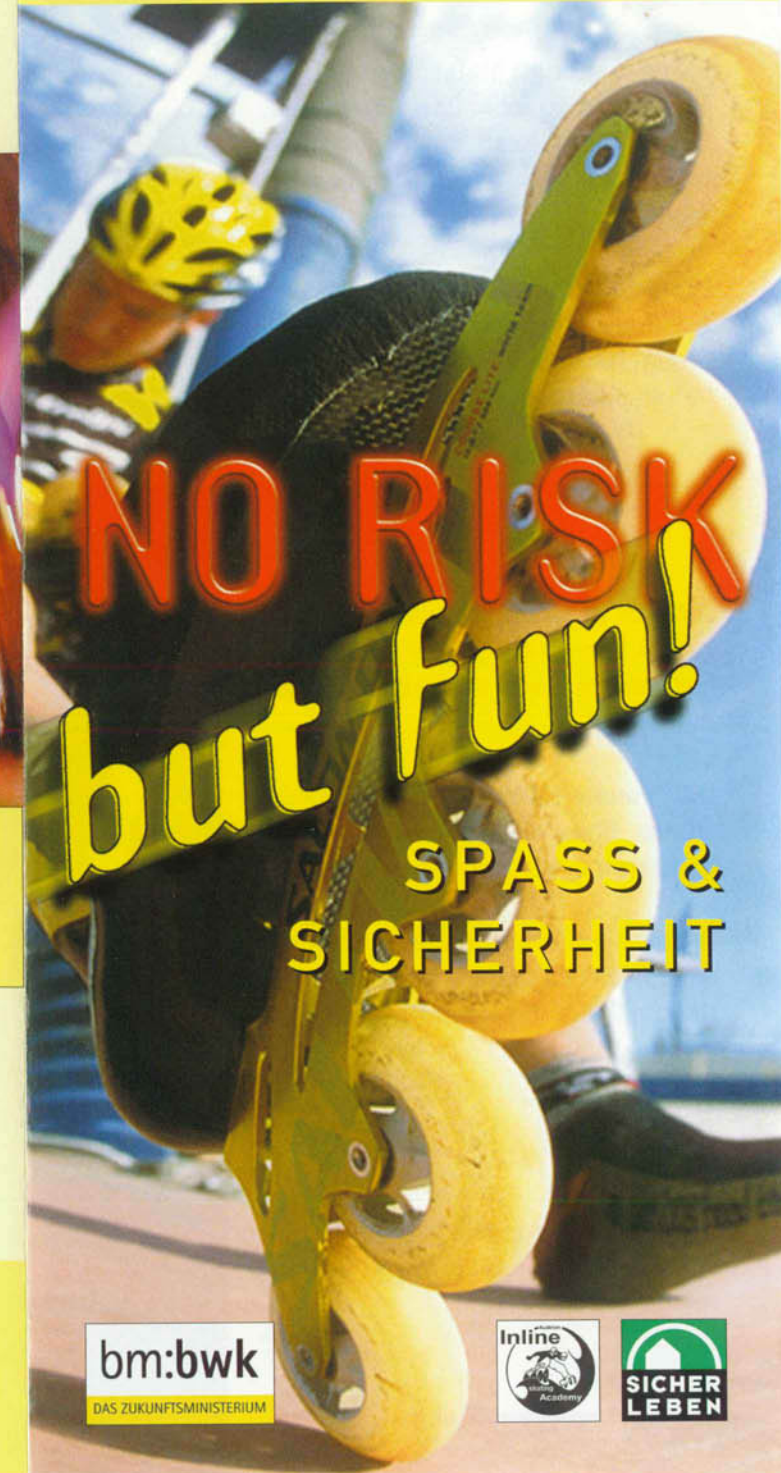


HANDGELENKSSCHÜTZER
ELLBOGENSCHÜTZER
 KNIESCHÜTZER, HELM

IMPRESSUM:

Medieninhaber und Herausgeber: Institut „Sicher Leben“
des Kuratorium für Schutz und Sicherheit, Ölzeitgasse 3, 1030 Wien.
Datenquelle: EHLASS Austria, 2000.
e-mail: sicherleben@sicherleben.at
Layout: Visual Production, Fotos / Bildrechte: Salomon,
Druck: S. Melzer Druck GmbH, 07/02, Auflage: 50.000

INLINESKATEN



NO RISK
but fun!
SPASS &
SICHERHEIT

bm:bwk
DAS ZUKUNFTSMINISTERIUM



FUN



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.

RISK



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.

SO WHAT?



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



HOW



» In Österreich gilt grundsätzlich Rechtsverkehr.

» Auf den Fahrbahnen ist Inline-Skating verboten.

» Auf Radfahranlagen ist das Skaten erlaubt; nicht jedoch auf Radfahrstreifen außerhalb des Ortsgebietes.

» Das Benützen von Gehsteigen und Gehwegen ist erlaubt, dabei dürfen Fußgänger weder behindert noch gefährdet werden, ihnen ist grundsätzlich Vorrang zu gewähren.

» Das Fahren mit Inline-Skates in Wohnstraßen, Fußgängerzonen und für den Verkehr gesperrten Spielstraßen ist gestattet.

» Auf öffentlichen Verkehrsflächen ist das Skaten ab 12 Jahren erlaubt, mit Radfahrausweis ab 10 Jahren; In Wohnstraßen besteht kein Mindestalter.

» Werden Fußgänger, Radfahrer oder andere Inline-Skater überholt, so sollte dies immer links erfolgen.

» Das Benützen öffentlicher Verkehrsmittel mit Inline-Skates ist nicht gestattet.



SAFETY



» Ausrüstung immer in Ordnung halten; vor allem die Kugellager der Skates regelmäßig reinigen

» Nur auf Gelände skaten, das den eigenen Fähigkeiten entspricht

» Immer in kontrollierter Geschwindigkeit skaten und an den erforderlichen Bremsweg denken

» Die Grundtechniken des Skatens sollen dort geübt werden, wo niemand gefährdet wird (Freizeitflächen für Skater, Skatehallen, Fun-Parks, ...)

» Für Skate-Anfänger ist der Besuch eines Kurses sehr zu empfehlen, aber auch Fortgeschrittene können von den Tipps der Profis profitieren:

Bei ELISABETH SCHRENK (Downhill Weltmeisterin 2001) und unseren Partnern der Austrian Inline Skating Academy ist jeder Skater gut aufgehoben: <http://www.speedskating.at>

Bundesweit ist der Österreichische Rollsportverband: <http://www.oersv.co.at> kompetenter Ansprechpartner in allen Fragen des Inlineskatens.

