



Presseinformation

## Rodeln nur mit Helm!

**Rodeln ist ein beliebtes Wintervergnügen. Die jüngsten Unfälle mit schweren, teils tödlichen Verletzungen zeigen jedoch: die beliebte Freizeitaktivität ist keineswegs ohne Risiken. Experten raten dazu, Rodeln als Wintersport ernst zu nehmen, die Rodelregeln einzuhalten und immer einen Helm zu tragen.**

**Wien, 21. Jänner 2020.** Jahr für Jahr zieht es viele begeisterte Wintersportler nicht nur auf die Skipisten, sondern auch auf die Rodelbahnen. Der weitverbreitete Eindruck, dass das Wintersportgerät Rodel für jedermann einfach zu handhaben sei, trügt jedoch: „Richtig rodeln will gelernt sein, denn Übermut, Fehleinschätzung und mangelhafte Technik oder Ausrüstung können auch bei dem als harmlos geltenden Winterspaß zu schweren Unfällen führen“, warnt **Dr. Ilona Schöppl, Leiterin des Bereichs Haushalts-, Freizeit- und Sportsicherheit im KFV**. Insgesamt verletzten sich im Zeitraum 2014 – 2018 rund 8.200 Personen beim Rodeln und Bobfahren so schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden mussten – rund 2.200 davon alleine im Jahr 2018. Jeder vierte Verletzte (25 Prozent) musste stationär aufgenommen werden. Allzu oft sind Kinder betroffen: 35 Prozent der verletzten Rodler sind unter 15 Jahre alt.

### Experten raten zu Helm

Die häufigsten Verletzungsarten beim Rodeln sind Knochenbrüche sowie Sehnen- und Muskelverletzungen. Auch Kopfverletzungen kommen immer wieder vor – ihre Schwere hängt maßgeblich davon ab, ob ein Helm getragen wird oder nicht. Das KFV rät daher, auch beim Rodeln niemals auf das Tragen eines Helms zu verzichten. „Während es beim Skifahren oder Snowboarden inzwischen nahezu selbstverständlich ist, Helm zu tragen gibt es beim Rodeln großen Nachholbedarf: Mehr als drei Viertel (78 Prozent) der verunfallten Personen gaben an, zum Unfallzeitpunkt keinen Helm getragen zu haben“, so **Schöppl**.

### Kompakte Übersicht über die wichtigsten Rodelregeln

Gemeinsam mit dem Österreichischen Rodelverband hat das KFV eine kompakte Übersicht über die wichtigsten Rodelregeln entwickelt. Rodelfans sollen so direkt an der Rodelstrecke an das korrekte Verhalten erinnert werden. Betreiber von Rodelbahnen, Hüttenwirte und andere Interessierte haben die Möglichkeit, die Rodelregeln über die [Website des KFV](#) in hochauflösendem Format herunterzuladen und bei Interesse eigene Rodeltafeln zu produzieren und an Rodelstrecken anzubringen.

### Richtig Rodeln will gelernt sein

Vor dem Rodelausflug sollte man sich jedoch nicht nur mit den wichtigsten Sicherheitsregeln rund um den Rodelsport, sondern auch mit der richtigen Lenk- und Bremstechnik vertraut machen. Zusätzlich sind für einen sicheren Rodelspaß eine rücksichtsvolle Fahrweise und eine vollständige Ausrüstung wesentlich. Diese besteht neben einer technisch einwandfrei funktionierenden Rodel aus winterfester Kleidung, festem Schuhwerk, Handschuhen und einem Helm mit Skibrille. Wer abends oder in der Dämmerung rodeln geht sollte zudem eine Stirnlampe mitnehmen und gut sichtbare, reflektierende Kleidung wählen.

SAFETY FIRST!



### **KFV-Tipps zum sicheren Rodeln:**

- Achten Sie auf **gute Ausrüstung**: Winterfeste Kleidung, festes Schuhwerk, Handschuhe, Helm, Skibrille und bei Bedarf Stirnlampe sollten beim Rodelausflug nicht fehlen.
- Vor der Benutzung die Rodel **auf eventuelle Schäden überprüfen**.
- Sowohl beim Aufstieg als auch beim Rodeln selbst muss stets **Rücksicht auf Andere** genommen werden.
- Der Auf- und Abstieg sollte am **Rand der Rodelbahn** erfolgen und die Rodelbahn möglichst freigehalten werden.
- **Niemals mit dem Kopf voran** rodeln. Wird zu zweit gerodelt, sollte die schwerere/kräftigere Person vorne sitzen.
- Rodeln gehen sollte nur, wer bei **guter körperlicher Verfassung** ist. Der Konsum von Alkohol vor oder beim Rodeln ist tabu.
- Die **Geschwindigkeit** sollte dem eigenen Können und den Gegebenheiten vor Ort angepasst werden.
- Nicht mit den Fersen bremsen. Um **richtig zu bremsen**, sollte der Fuß im Sitzen mit der kompletten Fußsohle dicht neben den Kufen auf die Rodelbahn aufgesetzt werden.

### **Rückfragehinweis:**

Pressestelle KFV (Kuratorium für Verkehrssicherheit):  
Tel.: 05-77077-1919 | E-Mail: [pr@kfv.at](mailto:pr@kfv.at), [www.kfv.at](http://www.kfv.at)