Verhaltensregeln für Skifahrer und Snowboarder

Skifahren und Snowboarden bergen wie alle Sportarten Risiken. Die FIS-Regeln als Massstab für sportgerechtes Verhalten des sorgfältigen und verantwortungsbewussten Skifahrers und Snowboarders haben zum Ziel, Unfälle auf Ski und Snowboardabfahrten zu vermeiden. Jeder Skifahrer und Snowboarder ist verpflichtet, sie zu kennen und einzuhalten.

1. **Rücksichtnahme auf die anderen Skifahrer und Snowboarder**
   Jeder Skifahrer und Snowboarder muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt oder ihn in der Ausübung einschränkt.
2. **Beherrschung der Geschwindigkeit und der Fahrweise**
   Jeder Skifahrer und Snowboarder muss auf Sicht fahren. Er muss seine Geschwindigkeit und seine Fahrweise seinem Können und den Gelände-, Schnee- und Witterungsverhältnissen sowie der Verkehrsdichte anpassen.
3. **Wahl der Fahrspur**
   Der von hinten kommende Skifahrer und Snowboarder muss seine Fahrspur so wählen, dass er vor ihm fahrende Skifahrer und Snowboarder nicht gefährdet.
4. **Überholen**
   Überholt werden darf von oben oder unten, von rechts oder von links, aber immer nur mit einem Abstand, der dem überholten Skifahrer oder Snowboarder für alle seine Bewegungen genügend Raum lässt.
5. **Einfahren, Anfahren und hangaufwärts Fahren**
   Jeder Skifahrer und Snowboarder, der in eine Abfahrt einfahren, nach einem Halt wieder anfahren oder hangaufwärts schwingen oder fahren will, muss sich nach oben und unten vergewissern, dass er dies ohne Gefahr für sich und andere tun kann.
6. **Anhalten**
   Jeder Skifahrer und Snowboarder muss es vermeiden, sich ohne Not an engen oder unübersichtlichen Stellen einer Abfahrt aufzuhalten. Ein gestürzter Skifahrer oder Snowboarder

muss eine solche Stelle so schnell wie möglich freimachen.

7. **Aufstieg und Abstieg**
   Ein Skifahrer oder Snowboarder, der aufsteigt oder zu Fuss absteigt, muss den Rand der Abfahrt benutzen.
8. **Beachten der Zeichen**
   Jeder Skifahrer und Snowboarder muss die Markierung und die Signalisation beachten.
9. **Hilfeleistung**
   Bei Unfällen ist jeder Skifahrer und Snowboarder zur Hilfeleistung verpflichtet.
10. **Ausweispflicht**
    Jeder Skifahrer und Snowboarder, ob Zeuge oder Beteiligter, ob verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalles seine Personalien angeben.

Quelle: FIS *(Fassung 2002)*

Skihelm auf! Mitmachen und Vorbild sein.

Ob beim Downhill-Biken oder beim Wildwasserrafting – wenn es um rasante Sportarten geht, ist Schutzkleidung und somit ein Helm immer mit dabei. Warum also wird gerade im Wintersport das Tragen eines Helmes vernachlässigt? Dabei kann er bei einem Sturz Leben retten und schlimmere Verletzungen verhindern.
Skihelm auf! Mitmachen und Vorbild sein – sehen Sie hier einige Videosbotschaften prominenter Skifahrer zum Thema Skihelm (externer Link).