

Der Klügere gibt nach: Smarter Schutz auf dem Mountainbike

von bernd bohle - Donnerstag, 23. Juli 2015

https://www.pd-f.de/2015/07/23/8835_der-kluegere-gibt-nach-smarter-schutz-auf-dem-mountainbike/



Trail- und Enduro-Bikes kombinieren maximalen Fahrspaß in technisch anspruchsvollem Gelände mit uneingeschränkter Tourentauglichkeit. Damit lösen sie nicht nur einen Wertewandel unter Mountainbikern aus, sondern geben auch dem Thema Sicherheit neue Impulse. Wie Mountainbiker ihr Trail-Vergnügen sichern, zeigt der [pressedienst-fahrrad](#).

[pd-f] Die technischen Entwicklungen am [Mountainbike](#) locken immer mehr Sportler in fahrtechnisch anspruchsvolles Gelände. Trail- und Enduro-Bikes sind die Renner auf dem Mountainbike-Markt. Diese Bike-Gattungen bieten stabilen Leichtbau, satte Federwege und vielseitige Geometrien. „Mit den Bikes, die heute auf Mountainbike-Touren bewegt werden, wäre zu Beginn meiner Rennlaufbahn wohl jeder Weltcup im Downhill gewonnen worden“, scherzt Frank „Schneid“ Schneider, einer der erfolgreichsten deutschen Downhill-Fahrer. Und so ist die Suche nach fahrbaren Linien auf steilen Abfahrten mit wurzeligem oder felsigem Untergrund nicht mehr nur das Leitmotiv von Downhill-Sportlern, sondern wird für immer mehr Biker zum wichtigen Bestandteil und Highlight einer guten Mountainbike-Tour.

Mit dem neuen „Trail-Trend“ hat sich aber auch das Sicherheitsbedürfnis verändert, worauf nicht nur die Helmhersteller reagieren.

Mountainbike-Helme: Neue Formen und Technologien für mehr Sicherheit

Die Herausforderung bei der Entwicklung von Fahrradhelmen besteht darin, den Spagat aus Schutzwirkung, Tragekomfort und Belüftung zu meistern. Hinzu kommt, dass im Geländeeinsatz andere Anforderungen gestellt werden als beim Straßensport. „Mountainbiker stürzen auch mal seitlich oder nach hinten – dabei können sie auf große Steine oder Wurzeln fallen. Das kann zu üblen Verletzungen führen“, weiß Torsten Mendel vom Helmspezialisten [Abus](#). Bei Mountainbike-Helmen ist der Nacken- und

Schläfenbereich deshalb stärker nach unten gezogen, um die empfindlichen Bereiche zu schützen. Auf der anderen Seite müssen die Trail- und Enduro-Helme auch über eine gute Belüftung für Bergauf-Passagen verfügen. Der richtige Mix ist hier entscheidend. Beispiele sind der „Montrailer“ von Abus (129,95 Euro), der durch ein transparentes großes Visier zusätzlich bessere Sicht auf den Trail ermöglicht, oder der „FL-1 XC“ von Bern (109,95 Euro).

Optional ist bei einigen Modellen (z. B. „Montrailer MIPS“ von Abus für 159,95 Euro) die MIPS-Technologie verbaut. Das in Schweden entwickelte „Multi-Directional Impact Protection“-System soll bei einem Sturz die Gefahr von Hirnverletzungen zusätzlich minimieren. Mit MIPS ausgestattete Helme haben eine schwimmend gelagerte Innenschale, die sich bei einem schrägen Aufprall rund 15 Millimeter verdrehen kann. „Das System soll so einen großen Teil der Rotationskräfte absorbieren, die bei einem Sturz auf das menschliche Gehirn wirken“, erklärt Mendel.

Knieprotektoren: Weiche Schale – weicher Kern

„Knie heilt nie“, so heißt es im Volksmund. Viele Sportler können ein Lied davon singen und versuchen, das größte Gelenk des Körpers bestmöglich zu schützen. Entsprechend ist das Tragen von Knieschonern unter Downhill-Sportlern im Extremeinsatz obligatorisch. Doch nicht nur auf den Rennstrecken ist der Knieschutz Mode. Wer beim Biken die fahrtechnischen Herausforderungen sucht, für den werden auch Schützer immer interessanter. „Wenn wir über Knieprotektoren für Mountainbiker sprechen, dann handelt es sich in der Regel um Weichschaumprotektoren. Diese sind nicht nur beim Pedalieren angenehmer zu tragen, sondern bieten auch höchsten Schlagschutz“, erläutert Daniel Gareus von [Cosmic Sports](#), der die Protektorenmarke Sixsixone vertreibt. „Die neuen Formen polymerer Schaumstoffe verhärteten erst bei schneller Krafteinwirkung und absorbieren dabei erheblich mehr Sturzenergie als reine Hartplastikprotektoren“, ergänzt Mareen Werner vom Markenvertrieb [Sport Import](#), der die Produkte von Fuse Protection im Angebot führt. Hinzu kommen bei manchen Exemplaren (z. B. „Omega“ von Fuse Protection, 79,99 Euro) Kompressionsfunktionen, die ein Ermüden der Muskulatur minimieren sollen. „Eine tolle Kombination: Außen schützt Kevlar bei Stürzen, innen hilft der Protektor bei der Muskelarbeit“, erläutert Werner.

Die Möglichkeiten dieser viskoelastischen Schäume haben sich auch im Rucksackbereich herumgesprochen. Integriert in das Tragesystem des Rucksacks, bieten diese Lösungen nicht nur einen erheblichen zusätzlichen Aufprallschutz, „sie sorgen auch zuverlässig dafür, dass harte oder spitze Gegenstände wie Pumpe oder Multitool bei einem Sturz dem Rücken fern bleiben“, wie Jan Zander, Gründer der Mountainbike-Schule Trailtech, ergänzt. Ein Beispiel ist der „Moab Pro 22 M“ von [Vaude](#) (190 Euro) mit integriertem Rückenprotektor. Aufnahmen für Protektoren oder [Helm](#) werden ebenfalls gerne genutzt. So spart man sich am Anstieg schweißtreibende Energie, wenn die Schutzkleidung am Rucksack befestigt und erst bei Bedarf gezückt wird (z. B. Rucksack-Reihe „Uphill“ von Vaude, ab 75 Euro). Protektoren wie der „Delta“ von Fuse Protection (59,99 Euro) fallen nicht wirklich ins Gewicht – vor allem dann nicht, wenn sie im Fall der Fälle vor einem dicken Knie bewahren. Aber auch bei der Entwicklung von Bekleidungsprodukten müssen die Hersteller reagieren, wie Anna Rechtern von Vaude bestätigt: „Wir berücksichtigen bei der Entwicklung unserer MTB-Kollektionen gezielt Protektoren wie etwa beim Schnitt der Kniebereiche von Bike-Shorts.“

Intelligenter Schutz für mehr Beweglichkeit

Die neuen Materialien werden natürlich genauso für den Schutz anderer Körperteile interessant. Cosmic-Mann Gareus sieht in der Sicherheitsausrüstung deshalb ein weiterhin wachsendes Segment: „Die heutige Technologie ermöglicht, leichte, atmungsaktive und bequeme Mountainbike-spezifische Schutzbekleidung herzustellen.“ Gareus verweist beispielhaft auf die „Evo Compression Protektor-Jacket“ von Sixsixone (174,99 Euro). Die atmungsaktive Kurzarm-Jacke schützt Wirbelsäule, Schultern und Brust des Bikers, ohne beim Tragegefühl und Look den Charme einer Ritterrüstung zu versprühen. „Diese Form smarterer Protektoren wird künftig vermehrt auch abseits von Downhill-Strecken und Bikeparks die Folgen von Stürzen

mildern“, ist sich Gareus sicher.

Hilfe per Smartphone

Falls im Gelände doch etwas passieren sollte, sind speziell Alleinfahrer einem hohen Risiko ausgesetzt. Sind sie nicht mehr in der Lage, aktiv Alarm zu geben, können im Extremfall Tage vergehen, bis sie in den Bergen gefunden werden. Auch hier gibt es mittlerweile Schutzlösungen, die zusammen mit dem Smartphone arbeiten. Beispielsweise hat E-MTB-Spezialist [Haibike](#) das System „E-Connect“ entwickelt. Liegt nach einem Sturz das [E-Bike](#) länger auf der Seite, erscheint auf dem Smartphone eine Meldung. Erfolgt keine Rückmeldung, sendet das Smartphone automatisch eine Notfall-Mitteilung mit Unfallort und Zeitpunkt an zuvor hinterlegte Kontakte. „Die Empfänger erhalten dabei genaue GPS-Koordinaten und eine Standort-Anzeige auf Google Maps und können Hilfsmaßnahmen einleiten. Das ist wichtig, sollte der MTB-Fahrer nicht mehr in der Lage sein, selbst zu antworten“, beschreibt Matthias Ruckerl von Haibike den Vorteil. Ähnliche Lösungen können mittlerweile z. B. auch am Helm befestigt werden. „Smarter Schutz hört nicht am Körper auf“, sagt Ruckerl.

[Bildauswahl zum Thema \(24 Bilder\)](#)

[Express-Bildauswahl \(3 Bilder\)](#)

Passende Themen beim pd-f:

[Themenblatt Mountainbike](#)

[Typenkunde – Mountainbike](#)

[Einfach mehr Spaß auf dem Mountainbike: Das Ende des Umwerfers](#)

[Mountainbike-Geometrie: die unterschätzte Größe](#)

[E-Mountainbikes: Zwist um den eingebauten Lift](#)

[2015 – Neuheiten für den Radsport vom Mountainbike bis zum Rennrad](#)

[Kommentare: Wem gehört der Wald?](#)

Passendes Bildmaterial



Connect Bike Ortung