

Wissenswertes über Skibekleidung

Einführung

Je nach Intensität der sportlichen Betätigung stellt der Skifahrer unterschiedliche Ansprüche an seine Skibekleidung. Folgende Mindestanforderungen wird aber jeder Skifahrer erwarten:

- ausreichende Bewegungsfreiheit
- gute Passform
- gutsitzende Abschlüsse als Schutz vor Witterungsbedingungen
- optimaler Schutz vor Nässe und Kälte

Schichten- oder Zwiebel-Look

Für Skifahrer und Carver besteht die optimale Ausrüstung aus mehreren Schichten, welche eine Anpassung an die jeweilige Außentemperatur ermöglichen und gleichzeitig eine ausreichende Bewegungsfreiheit garantieren.

Außen/Outer Layer	Mitte/Middle Layer	Innen/Inner Layer
Jacke oder Windbreaker Bund- oder Trägerhose Funktion ist wichtig.	Fleece Skileibchen Zusätzliche Schicht für den „Zwiebel“-Effekt	Technische Unterwäsche (atmungsaktiv) Transportiert die Wärme nach Außen und hält dadurch warm und trocken.
Merkmale: - Bewegungsfreiheit - Kälte- und Nässe-schutz - gutsitzende Abschlüsse	Merkmale: - Optimales Transportmittel für die Feuchtigkeit.	Merkmale: - Absolut notwendig, um die Funktionen von Outer und Middle Layer zu garantieren.

Materialien

In der Einführung haben wir darauf hingewiesen, dass Skibekleidung optimalen Schutz vor Nässe bieten muss. Dies wird durch den beschichteten Oberstoff gewährleistet. Die Bandbreite reicht hier von leicht über stark wasserabweisenden bis zu wasserdichten Materialien.

Die Dichtheit des Materials ist sehr wichtig, da Nässe und die darauffolgende Kälte die Muskeln erkalten lassen, wodurch die Verletzungsgefahr (z.B. Zerrungen) steigt. Bei wasserabweisendem Material dringt je nach Höhe der Wassersäule eine bestimmte Zeit kein Wasser von außen nach innen. In Extremsituationen besteht jedoch nach einiger Zeit die Gefahr, doch nass zu werden. Bei wasserdichtem Material hingegen ist man vor der unerwünschten Nässe von außen ziemlich sicher. Ist ein Material wasserdicht jedoch nicht atmungsaktiv besteht ebenfalls die Gefahr nass zu werden. Schweiß und Hitze können nicht entweichen und durch die Außentemperatur kühlt der Körper wiederum aus. Verkühlungen können die Folge sein. Ziel ist es, Materialien einzusetzen, die das Wasser von außen abhalten und zusätzlich den Körperschweiß von innen nach außen abtransportieren (atmungsaktive Materialien).





Beschichtungen

Eine Beschichtung ist eine dünne Kunststoffschicht, die auf der Rückseite des Oberstoffes angebracht wird. Mit ihr erreicht man je nach Art und Stärke der Beschichtung eine Wassersäule von 400 mm bis nach oben hin nahezu unbegrenzt. (Auch unbeschichtete Stoffe weisen je nach Faser- bzw. Webdichte eine Wassersäule von 200 mm oder mehr auf.) Die Wassersäule ist jedoch nicht allein entscheidend, ein gut durchdachtes Gleichgewicht zwischen Atmungsaktivität und Wasserdichte ist das entscheidende Kriterium für ein gutes Körpergefühl beim Skifahren. Durch abgedichtete Nähte (verklebte Nähte) werden die beschichteten Stoffe absolut funktionell, d.h. selbst an den Nähten, wo das Material durchstoßen wurde, ist kein Durchdringen des Wassers möglich.

Wassersäule

Die Wassersäule ist ein Maßstab für die Wasserdichte eines Stoffes. Gemessen wird der Wasserdruck, den ein Stoff aushält, ohne dass Wasser sichtbar durchtritt. Maßeinheit: mm. Modische Sportstoffe liegen bei 200 - 300 mm, funktionelle bei 600 - 1.500 mm, technische von 5.000 mm aufwärts. Nach oben hin sind kaum Grenzen gesetzt. Wasserdicht sind Stoffe bereits ab 1.300 mm Wassersäule.

Atmungsaktivität

Ein Material ist atmungsaktiv, wenn es für einen Austausch des verdampfenden Körperschweißes, dem sogenannten Wasserdampf, der sich zwischen Haut und Kleidung ansammelt, sorgen kann. Bei extremer Wärmeentwicklung unter der Bekleidung kann kein Hitzestau entstehen, der Austausch ist gesichert. Gleichzeitig wird dadurch das Ausfrieren durch abtrocknenden Schweiß verhindert.

Beschichtung	Eigenschaft	Nutzen
Einfache PU-Beschichtung (Poly-Urethan)	Hält Wasser von außen ab. Wassersäule bis 800 mm. Beschichtung muß sehr dünn sein, um die Poren nicht völlig zu verkleben.	Wasserabweisend. Dünne Beschichtung lässt auch die Körperwärme nach außen.
Atmungsaktive Beschichtung (z.B. Hipora, Activent, K-Way, Entrant, ...)	Hält Wasser von außen ab. Hohe Wassersäule ab 1000 mm. Beschichtung fühlt sich „gummiert“ an. Atmungsaktiv.	Wasserabweisend bis wasserdicht. Klimakomfort. Die Nässe bleibt draußen. Der Schweiß wird abtransportiert – Wärme bleibt am Körper erhalten.
Membrane (zB. Gore-Tex, Sympatex, Aquamax, ...)	Hauchdünne Folie, die auf ein Trägermaterial laminiert (geklebt oder verschweißt) wird. Enthält kleinste Poren, durch die Wasserdampf entweicht, aber kein Wasser von außen nach innen durchlassen. Wichtig: Abgedichtete Nähte! Sehr hohe Wassersäule (mind. 5.000 mm). Höhere Preislage.	Wasserdicht. Exzellenter Schutz vor Kälte und Nässe bzw. kalt werdendem Schweiß.