

# Wissenswertes über Skischuhe

Den richtigen Skischuh zu finden ist gar nicht so leicht. Deshalb wollen wir Ihnen die Wahl erleichtern und Ihnen verraten, wie Sie den richtigen Skischuh finden.

Dabei gilt es, 3 Punkte zu beachten:

- die Größe,
- den Aufbau und
- die individuellen Einstellungsmöglichkeiten.

## Größen

### Deutsch-Englisch-Mondopoint.

Mondopoint M.P. z.B. 26,0, 26,5 etc. - die Größe entspricht der in Zentimetern gemessenen Länge des Fußes. Eine Umrechnungstabelle erleichtert das Feststellen der jeweiligen Größe.

### Größen-Prüfmethode

Zusätzlich gibt es verschiedene Methoden, die Größen zu prüfen, die speziell bei Kindern, Anfängern bzw. noch nicht perfekten Skiläufern angewendet werden:

Als Faustregel gilt:  
plus maximal 1,0 cm bei Kindern  
0,5 cm bei Erwachsenen  
Bei sportlichen Skifahrern sollte es so gut wie keinen Spielraum geben.

### - Fingerprobe:

Skischuh weit öffnen, Knie nach vorn drücken und prüfen, ob der Finger zwischen Innenschuh und Ferse passt. Optimal: Es sollte kein Finger mehr zwischen Innenschuh und Ferse passen – Ferse hat leichten Kontakt mit Innenschuh.

### - Stehprobe:

Beim Aufrechtstehen im Skischuh sollten die Zehen vorne den Innenschuh ganz leicht berühren - beim in die Hocke gehen darf vorne im Zehenbereich kein Druck verspürt werden.

### - Innenschuhprobe:

Innenschuh herausnehmen, Druck von Zunge gegen Fußbeuge (Fuß in die Ferse drücken) in sitzender Haltung. So ist leicht ersichtlich, wieviel Platz im Zehenbereich ist.

## Individuelle Einstellungsmöglichkeiten

Hier unterscheidet man zwischen Fußanpassung und Optimierung der Kraftübertragung.

### Fußanpassung

= individuelle Einstellung auf Ihren Fuß. Beim Überlapper geschieht dies hauptsächlich durch die einzelnen Schnallen. Beim Heckeinsteiger sorgen Kabelzüge für eine Waden-, Fersen-, Rist- und Vorfußanpassung. Schließlich gibt es auch noch die Fersenanhebung (vor allem bei Damenmodellen, Gewöhnung an hohe Absätze, daher verkürzte Achillessehne!).

### Optimierung der Kraftübertragung:

Die Einstellung des Vorlagewinkels erlaubt dem Skischuh, sich an unterschiedliches Können und Gelände anzupassen. Der Vorlagewiderstand gibt an, wie leicht der Schaft auf Druck nach vorne nachgibt. Ein harter Widerstand begünstigt sportliche Fahrer. „Weich“ bevorzugen Komfort-Fahrer.

Canting sorgt dafür, dass Sie „plan“ auf dem Ski stehen und daher nicht verkanten. Fußfehlstellungen werden dadurch ausgeglichen.

Der Geh- und Stehmechanismus bewirkt einen großen Komfort-gewinn: Ohne den Schuh zu öffnen, können Sie aufrecht gehen; ein Vorschieben der Knie bringt Sie wieder in Fahrposition, also die fixierte Vorlage.

## Größentabelle

Mondo Point	14	15	15,5	16	16,5	17	17,5	18	18,5	19	19,5	20	20,5	21	21,5	22	22,5	23	23,5	24	24,5	25	25,5	26	26,5	27	27,5	28	28,5	29	29,5	30	30,5	31	31,5	Mondo Point
French	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	French Paris PTS
English	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	English Sizes	
USA Men	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	USA Men	
USA Lady	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	USA Lady	



## Kinder-Skischuh

Weiche Schale mit niedrigem Schaft (dadurch geringes Gewicht), da Anfänger meist aufrecht am Ski stehen.

### **Merkmal:**

Der Schaft gibt nach hinten etwas nach für aufrechtes Stehen und Gehen. Bei zu hohem Schaft (= Stiefel) besteht die Gefahr, dass der Skischuh auf die Waden drückt und so die natürliche Bewegung behindert.

Das eingebaute Gelenk ermöglicht eine natürliche Vorwärtsbewegung. Der Innenschuh kann im Vorfußbereich mit einem Sichtfenster ausgestattet sein, um optimale Größenanpassung zu ermöglichen.

### **Einsatzbereich/Fahrkönnen:**

Anfänger; Skischuhe mit kinderleichtem Einstieg und kinderfreundlicher Bedienung.



## Damen-Skischuh

Neben Technik und Komfort auch optische und farbliche Anpassung der Modelle.

### **Merkmal:**

Haben einen weicheren Schaftabschluss; Vliesfutter, einen speziellen Damenleisten sowie höhere Absatzkeile (da Damen häufig eine verkürzte Achillessehne haben), breitere Wadenanpassung möglich. Dies bietet erhöhten Komfort, speziell für die Dame mit tieferem Wadenansatz, da durch die Wadenanpassung die Blutzirkulation nicht eingeschränkt wird - somit bleiben die Füße warm, kein Fußbrennen, keine Krämpfe. Genügend Bewegungsfreiheit, ein gut gepolsterter Schaft und eine weich gepolsterte Zunge erhöhen den Komfort durch Vermeidung von Durchblutungsproblemen oder Schienbeinschmerzen.



## Jugend-Skischuh

Im Gegensatz zu den Erwachsenen-Modellen ist der Schaft niedriger und flexibler, die Schale weicher und leichter, da diese der jugendlichen Anatomie angepasst ist.

### **Merkmal:**

Leichte Vorlage, dadurch mehr Schaufeldruck - spezieller Jugendleisten. Dies bewirkt einen besseren Kantengriff. Je nach Sportlichkeit sind Einstellmöglichkeiten wie Vorlageverstellung, Canting, Velcroband, Microschnallen usw. vorgesehen.

### **Einsatzbereich/Fahrkönnen:**

Für Anfänger bis zur sportlichen Jugend.



## Herren-Skischuh

Die Schale ist höher und härter, dadurch stabiler.

### **Merkmal:**

Die Skischuhe haben die verschiedensten Anpassmöglichkeiten (z.B. Vorlagedämpfung, Canting, microverstellbare Schnallen), um durch einen gut passenden Schuh die maximale Kraftübertragung auf den Ski zu bringen und dabei Komfort und Passform nicht darunter leiden.



Unser Verkaufspersonal  
berät Sie gerne!