

## Sicherheitstipp

Dezember 2014

### Jetzt die Skibindungen einstellen lassen



Der menschliche Körper verändert sich von Jahr zu Jahr, zum Beispiel punkto Gewicht oder Körpergrösse. Dies beeinflusst das Auslöseverhalten einer Skibindung. Nur wenn diese jährlich neu auf die Skifahrerin oder den Skifahrer eingestellt wird, löst sie im richtigen Moment aus. Und kann so Verletzungen an Unterschenkel und Knie verhindern.

Wer seine Bindung prüfen und einstellen lässt, erhält die bfu-Skivignette. Sie bestätigt, dass die Skibindung von einer Fachperson aufgrund der gemachten Angaben korrekt eingestellt und mit einem Prüfgerät kontrolliert wurde. Sie erinnert auch an die nächste Kontrolle.

#### So fahren Sie mit der richtigen Einstellung talabwärts:

- Lassen Sie Ihre Skibindung vor jeder Saison von einer Fachperson einstellen.
- Wählen Sie dazu ein Sportgeschäft mit Bindungseinstell-Prüfgerät.
- Nehmen Sie Ihre Skischuhe für die Bindungskontrolle mit.
- Geben Sie Ihre persönlichen Daten korrekt an (Grösse, Gewicht, Alter, Skifahrertyp).
- Verlangen Sie die Quittung aus dem Bindungseinstell-Prüfgerät und die bfu-Skivignette.

Wir wünschen Ihnen eine schöne und unfallfreie Skisaison!

Mehr zum Schneesport finden Sie auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)

bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung  
Hodlerstrasse 5a  
CH-3011 Bern  
Tel. +41 31 390 22 22  
Fax +41 31 390 22 30  
[info@bfu.ch](mailto:info@bfu.ch)  
[www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)