

## **Skiunfälle steigen: So schützen Sie sich bei der Abfahrt!**

Aktuelle Skiunfälle am Neujahrstag 2025: Tipps zur Sicherheit und Vorbeugung sowie die Bedeutung der Ausdauer im Wintersport.

**Weinebene, Kärnten, Österreich** - Die österreichischen Pisten sind derzeit eine Herausforderung, da viele Schneeverhältnisse weniger einladend sind als gewünscht. Das Kunstschnee-Material, das in Kombination mit teilweise hartem Schnee existiert, sorgt für rasante Abfahrten, die jedoch riskant sein können. Besonders alarmierend sind die jüngsten schweren Skiunfälle: Am Neujahrstag erlitt ein zwölfjähriger Junge auf der Grebenzen schwere Bauchverletzungen, während ein elfjähriges Mädchen auf der Winebene (Kärnten) schwer verletzt wurde. Auch im Bodental waren Rettungsteams im Einsatz, was die kritische Lage unterstreicht. Laut dem ÖAMTC wird zwar ein Rückgang der Pistenunfälle verzeichnet, jedoch steigt die Schwere der Verletzungen an. Dies zeigt, dass die Sicherheitsvorkehrungen, wie das Tragen von Helmen und Rückenprotektoren, von entscheidender Bedeutung sind, um das Unfallrisiko zu verringern, wie **Krone.at berichtet**.

### **Wichtige Sicherheitstipps für Wintersportler**

Ein wichtiger Aspekt für Ski- und Snowboardfahrer ist die Anpassung der Geschwindigkeit an das eigene Können sowie an die Schneeverhältnisse. Der ÖAMTC hebt hervor, dass die meisten Unfälle zwischen 14 und 16 Uhr passieren, häufig aufgrund von Müdigkeit oder sogar Alkohol. Es ist von größter

Bedeutung, auf andere Skifahrer zu achten, insbesondere beim Überholen oder Einfahren auf eine Piste. Auch die Lawinenwarnhinweise sollten ernst genommen werden, um die Sicherheit auf den Pisten zu gewährleisten.

Für alle, die sich auf eine Skitour vorbereiten, ist eine gute Ausdauer unerlässlich. Sportarten wie Laufen oder Radfahren können helfen, die Kondition zu verbessern und letztlich dafür zu sorgen, dass du während der ganzen Skitour fit bleibst. Bei der Vorbereitung ist es ratsam, regelmäßig in lockerem Tempo zu trainieren, um die Muskulatur darauf vorzubereiten, stundenlang gleichmäßig bergauf zu arbeiten, während die Abfahrt die verdiente Belohnung bietet, wie **Bergwelten berichtet**.

Details	
<b>Vorfall</b>	Skiunfall
<b>Ursache</b>	Sturz
<b>Ort</b>	Weinebene, Kärnten, Österreich
<b>Verletzte</b>	2
<b>Quellen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <a href="http://www.krone.at">www.krone.at</a></li><li>• <a href="http://www.bergwelten.com">www.bergwelten.com</a></li></ul>

**Besuchen Sie uns auf: [die-nachrichten.at](http://die-nachrichten.at)**