

Quelle: [oeamtc.at](https://www.oeamtc.at)

Adresse: <https://www.oeamtc.at/presse/oeamtc-flugrettung-unfallgefahr-beim-rodeln-oft-unterschaetzt-42664829>

Datum: 26.04.2025 (Da es immer wieder Änderungen gibt, bitte für aktuelle Infos die Website besuchen.)

ÖAMTC-Flugrettung: Unfallgefahr beim Rodeln oft unterschätzt

Tipps für sicheres Freizeitvergnügen

In den vergangenen Jahren hat sich Rodeln zu einem regelrechten Breitensport entwickelt. Viele Regionen bieten bereits eigene Strecken und Kurse für Rodelfreudige an. "Das Hauptproblem ist, dass das Rodeln nur allzu oft unterschätzt wird", warnt Markus Amon, leitender Flugretter der ÖAMTC-Flugrettung. "Es reicht nicht, sich einfach auf eine Rodel zu setzen und loszufahren. Lenken und Bremsen verlangen einiges an technischem Geschick und ohne gute Ausrüstung geht gar nichts." Allein im vergangenen Jahr verzeichneten die Notarzthubschrauber des ÖAMTC 41 Einsätze nach Rodelunfällen. In den vergangenen sechs Wochen wurden die Christophorus-Crews bereits zu 26 derartigen Unfällen alarmiert. Am häufigsten sind Verletzungen an Wirbelsäule, Becken, Kopf und Brustkorb. Groß ist die Unfallgefahr vor allem bei Rodelpartien in der Nacht. "Schlechte Licht- und Sichtverhältnisse machen Hindernisse und gefährliche Stellen schwerer erkennbar", sagt Amon.

Tipps des ÖAMTC, wie sich die Gefahr von Rodelunfällen minimieren lässt

- Auswahl der Rodelstrecke: Schon durch die richtige Auswahl der Rodelstrecke ließen sich viele Unfälle vermeiden. "Keinesfalls sollte auf steilen Skipisten, nicht freigegebenen Forststraßen oder schneebedeckten Straßen gerodelt werden", warnt der ÖAMTC-Flugretter. Wichtig ist auch richtiges und effektives Bremsen. Schuhe mit festen Sohlen sind eine Grundvoraussetzung. "Nur mit den Fersen bremsen ist zu wenig. Eine optimale Bremswirkung erzielt man erst, wenn man sich aufsetzt und so die Reibung der ganzen Sohle ausnützen kann", erklärt Amon.
- Richtige Ausrüstung: Auch der richtigen Rodel kommt große Bedeutung zu. "Wer viel rodeln sollte sich eine gute Rodel kaufen, bei der die Kufen kantig sind. Dadurch hat man besseren Halt in den Kurven", weiß der ÖAMTC-Flugretter. Plastikbobs oder aufblasbare Rodeln werden mit zunehmender Geschwindigkeit völlig unkontrollierbar und sind daher höchst gefährlich. Weiters appelliert Amon, auch beim Rodeln einen Helm zu tragen, denn dieser hilft schwerwiegende Kopfverletzungen zu vermeiden.
- Geschwindigkeit und Fahrweise: Das Tempo dem Können, der Rodelbahn, den Schnee-, Eis- und Witterungsverhältnissen sowie der Verkehrsdichte anpassen. Langsame Rodler fahren besser am Rand.
- Aufsteiger warnen: "Bei Dunkelheit Stirnlampe und reflektierende Kleidung verwenden", rät der ÖAMTC-Flugretter. Gibt es keine ausreichende Beleuchtung, kann man leicht von der Rodelbahn abkommen, da der Rand schlecht sichtbar ist. Besonders schwierig gestaltet sich in der Dunkelheit die Wahl der richtigen Geschwindigkeit.
- Alkohol nicht unterschätzen: Beim Rodeln benötigt man Kontrolle und Reaktionsvermögen. Wie gefährlich es ist, in alkoholisiert-euphorischer Stimmung ins Tal zu brausen, zeigen regelmäßig tödliche Unfälle. "'Don't drink and drive' sollte daher auch beim Rodeln selbstverständlich sein", stellt Amon abschließend fest.