

Oben ohne war gestern

Helme sind die aktuellen Verkaufsschlager der Wintersportausruster. Das Angebot an Modellen wächst mit jeder Saison. Der **ADAC** hat 15 Helme getestet und ermittelt, welche davon für Skifahrer und Snowboarder uneingeschränkt empfehlenswert sind

Diese Kurve würde das Herz jedes Börsianers höher schlagen lassen: über Jahre kontinuierlich steigende Absatzzahlen, die im vergangenen Winter explosionsartig nach oben schneliten. Und ein Ende des Booms ist nicht in Sicht. Der Markt ist noch lange nicht gesättigt, die Aussichten auf satte Wachstumsraten blendend. Denn immer mehr Ski- und Snowboardfahrer gehen nur noch mit Helm auf die Piste. Im Winter 2007/2008 waren es in Deutschland schon 40 Prozent. Aber seit den schlagzeilenträchtigen Unfällen in der letzten Saison ist die Tragequote nochmals weit höher. Die Hersteller reagieren auf die steigende Nachfrage mit einem wachsenden Angebot. Der ADAC wollte wissen, welche Helme am meisten Komfort, die beste Ausstattung und vor allem Sicherheit bie-

ten. 15 Helme, ein Querschnitt aktueller Modelle, testeten die Ingenieure des ADAC Technik-Zentrums Landsberg. 14 Helme schnitten „gut“ bis „befriedigend“ ab. Nur einer fiel durch. Wegen eines gravierenden Sicherheitsmangels – das brachte trotz ansonsten ordentlicher Testwerte die Note „mangelhaft“ (Tabelle auf Seite 98). Wer einen sicheren Kopfschutz sucht, muss jedoch nicht unbedingt viel Geld ausgeben: Der mit 39€ günstigste Helm belegte Platz acht, der teuerste (165€) lediglich Platz 14.

Der Testsieger Alpina Grap liegt nur beim Preis (circa 100€) im Mittelfeld, sonst ist er Spitze. Ein perfekter Allrounder: Er sitzt, ist bequem, leicht, gut verarbeitet und über einen Rasterverschluss ebenso fein einzustellen wie die Größe des Helmes. Die Ohrteile sind



KLIMAMANAGEMENT

Der Test in der Klimakammer zeigte, welcher Helm am besten belüftet. Die Skala links zeigt in Grad Celsius die Temperaturänderung auf dem Kopf während der Messung

- ❶ Mit geschlossener Lüftungsöffnung sehr warm: der Carrera Sniper-Armor
- ❷ Homogenes Kopfklima: der Testsieger Alpina Grap
- ❸ Variabel und gut belüftet: der Smith Variant Brim mit geschlossenen Schiebern
- ❹ ... und in der offenen Version gleichmäßig kühl

SCHLAGPRÜFUNG

Härtestest: Aus 1,50 Metern saust der Prüfkopf auf einen Stahlsocket. Das entspricht dem Aufschlag auf eine Eisplatte aus voller Fahrt. Getestet wurden die Helme bei Raumtemperatur sowie gekühlt (-20 Grad)

abnehmbar, das Innenfutter lässt sich herausnehmen. Auch beim Praxis-Test in Europas größter Skihalle im niederländischen Landgraaf offenbarte der Testsieger keine Schwächen. Auf der Piste empfanden ihn alle vier Tester als bequem und gleichmäßig belüftet.

Die Eindrücke der Tester bestätigten die Belüftungsmessung im Technik-Zentrum, die erstmalig in der Geschichte des ADAC für Skihelme durchgeführt wurde. In der Klimakammer wurden die Helme auf einem mit Temperatursensorik ausgestatteten Dummy-Kopf befestigt und bei winterlichen -5 Grad dem üblichen Fahrtwind auf der Piste (circa 30 km/h) ausgesetzt. Helme mit verstellbarem Belüftungssystem wie der Alpina Grap wurden zweimal gemessen: bei offenen und geschlossenen Lüftungsreglern. In beiden Fällen sorgte er für ein homogenes Kopfklima: nicht zu warm, nicht zu kalt.

Andere Skihelme erwiesen sich als schlechtere Klimamanager, etwa der Carrera Bullet. Ein kompromisslos auf den Sparteinsatz getrimmtes Produkt, das beste Verarbeitung, viel Sicherheit, pfiffiges Design, aber nur wenig Komfort bietet. Daher nur Platz 13. Bei der Ausstattung gespart wurde auch beim Walser Kronos. Hier fielen außerdem zu kurze Ohrteile sowie eine sehr empfindliche Oberfläche negativ auf. Seine Vorteile: Mit 355 Gramm ist er der leichteste und mit 39 Euro der günstigste Helm im Test. Und das alles ohne Abstriche bei der Sicherheit. Im Gegenteil: Bei der Stoßdämpfung war der Preisbrecher sogar der Beste.

Gravierende Sicherheitsmängel schlugen voll in der Gesamtbeurteilung durch und führten zur Abwertung. Hart traf es den Dainese Air Soft, der als Einziger bei der Kinnbandprüfung durchfiel: Ein vier Kilogramm schweres Fallgewicht zieht ruckartig an dem Kinnband. Die Schnalle des Dainese hält dieser Belastung nicht stand und reißt – in vier Versuchen immer an der gleichen Stelle. Im ADAC Technik-Zentrum fliegt das Kinnband nur dem Prüfkopf um die Ohren. Bei einem Sturz kann der Helm weggerissen werden. Ein schwerwiegender Mangel, da halfen auch gute Komfortnoten nicht. ADAC-Urteil: „mangelhaft“. Als Dainese von diesem Testergebnis erfuhr, reagierte die Firma prompt: Sie überprüft die Halteriemen sorgfältig und ruft die Chargen aus dem Handel zurück, die den ge-

testeten Helmen entsprechen. Ein Erfolg für den ADAC-Verbraucherschutz.

Der Smith Variant Brim punktete mit der besten Passform, wirksamer Belüftung und hochwertiger Verarbeitung. Aber bei der Stoßdämpfung zeigte er deutliche Schwächen. Aus 1,50 Meter Höhe ließen die Ingenieure mit circa 20 km/h einen Dummy-Kopf mit Helm auf einen Stahlsockel fallen – auf der Piste entspricht das einem Sturz aus voller Fahrt auf eine Eisplatte. Beim Smith waren die durchschnittlichen Belastungswerte um 50 Prozent höher als beim besten Skihelm. Gut schnitt er dafür beim Kinnband- und beim Abstreiftest ab. Insgesamt belegte der Smith aber wegen der schlechten Stoßdämpfung nur Rang 14.

Außer Konkurrenz getestet wurde eine Kombination von Helm und Mütze, die 80 bis 120 € kostet. Außen Wolle, innen eine dünne Plastikschale. Nach Ansicht der Tester mehr ein modischer Gag, der aber nicht wirklich schützt. Ihr Urteil: Besser als eine Mütze, schlechter als ein Helm. Nicht empfehlenswert.

Oben ohne gehen immer weniger Skifahrer und Snowboarder auf die Piste. In der Schweiz und Österreich →

Tipps für Kopfbedeckung: die Piste ist ein kaltes, windiges und feuchtes Umfeld. Nehmen Sie also jede Möglichkeit wahr, sich zu wärmen.

Bei Skifahren sind die Schichten unter dem Helm die mit der größten Bedeutung. Sie müssen nicht nur warm, sondern auch bequem sein und gut passen. Darf also nicht wie eine Plastiktüte sein. Der Kinnriemen sollte sich mit Handschuhen gut bedienen lassen und die Helmohrenklappen dürfen das Ho-



Helmprobe: Bequem soll er sein und gut sitzen

ren nicht beeinträchtigen. Das Internet lockt mit günstigen und ausgefallenen Angeboten. Die Tester bestellten für 35 € ein Anlaufmodell mit integriertem Soundsystem in allen noch verfügbaren Größen und Farben. Geliefert wurden Modelle aus verschiedenen Abgrängen und mit unterschiedlichen Ausstattungen: mal mit, mal ohne Kopfbremsverstellung, mal mit beheizbarem Innenfutter, mal ohne.

Ein Helm in Größe S fiel größer aus als das gleiche Modell in M aus einer anderen Sai-

son. Die Sicherheitsprüfungen absolvierten jedoch alle zufriedenstellend. Unser Fazit: Grundsätzlich spricht nichts gegen Internetschnäppchen. Aber wer Überraschungen bei Größe und Passform vermeiden will, sollte vertraute Produkte kaufen. Bedenken haben die Tester indes bei Billighelmen aus Fernost. Kurzfristig getestet wurde zudem der bei Aldi-Süd angebotene **Kinderskihelm Crane Sports**. Im Kurz-Check gab es leichte Abstriche beim Komfort. Bei der Sicherheit gab es nichts zu beanstanden. —

Skifahren in Frankreich: Wintersport pur

SKY FRANCE



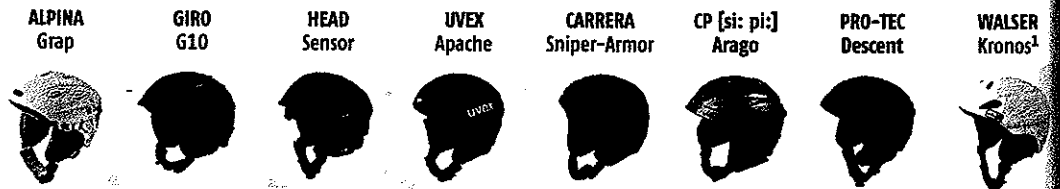
www.franceguide.com/wintersport

KINN BANDTEST

Ein vier Kilo schweres Gewicht fällt 60 Zentimeter – das muss ein Kinnband aushalten. Beim Dainese Air Soft riss die Schnalle. ADAC-Urteil: „mangelhaft“

ABSTREIFPRÜFUNG

Zehn Kilo versuchen, den Helm von hinten nach vorne vom Kopf zu ziehen. Das gelang bei keinem: Alle Helme bestanden diese Sicherheitsprüfung



	ALPINA Grap	GIRO G10	HEAD Sensor	UVEX Apache	CARRERA Sniper-Armor	CP [si: pi:] Arago	PRO-TEC Descent	WALSER Kronos ¹
Anzahl der Größen / für Kopfumfang in cm	3 / 54-64	3 / 52-62,5	6 / 52-63	5 / 53-62	3 / 51-63	4 / 53-62	4 / 53-60	2 / 54-60
vom Hersteller empfohlene Brille	„Turbo“ ab 79 €	„Basis“ ab 99 €	keine	„Apache“ ab 79 €	„Chopper“ ab 99 €	„Lumumba“ 110 €	keine	„Big Janet“ ab 19 €
Gewicht in mittlerer Größe (ca. 57 cm)	475 g	485 g	400 g	365 g	565 g	380 g	360 g	355 g
Kinnriemen Schnapp oder Raster	Raster	Schnapp	Raster	Raster	Schnapp	Raster	Schnapp	Schnapp
Belüftung mit Schieber / Stopfen innen	ja / nein	ja / nein	ja / nein	nein / ja	ja / nein	ja / ja	nein / ja	nein / ja
Ohren abnehmbar / einstellbar	ja / nein	ja / nein	ja / ja	ja / nein	ja / nein	ja / nein	ja / nein	ja / nein
Größenverstellung	ja	ja	nein	nein	ja	ja	nein	ja
Innenfutter herausnehmbar	ja	ja	ja	ja	nein	ja	ja	ja
Technische Merkmale (Gewichtung 15 %)								
Gewicht (gemessen)	+	o	+	++	o	++	++	++
Ausstattungs-Vielfalt	+	+	++	o	+	+	+	o
Sicherheit (Gewichtung 30 %)								
Stoßdämpfung	+	+	+	+	o	+	+	+
Kinnbandfestigkeit	+	+	++	+	+	+	+	++
Abstreifen	+	+	+	+	++	+	+	+
Komfort (Gewichtung 55 %)								
Fester Sitz des Helmes	+	+	+	+	+	o	+	o
Passform	+	+	o	+	+	o	o	o
Belüftung und Kopfklima	++	++	++	+	+	+	+	+
Verarbeitung und Qualitätseindruck	+	+	+	o	+	o	o	o
Komfort der Ohrteile	+	+	+	+	+	++	o	o
Ladenpreis ca. in Euro	100	140	150	90	150	140	100	39
ADAC-Urteil	1,8	2,0	2,0	2,1	2,2	2,3	2,3	2,4

++ sehr gut + gut o befriedigend e ausreichend - mangelhaft; 1) österreichischer Helm, der in Deutschland noch nicht überall erhältlich ist (Adressen unter www.adac.de/skihelmtest); 2) einziger Klasse-A-Rennhelm im Test; 3) Abwertung wegen Sicherheitsmangel

liegt die Helmquote einer Studie zufolge bei circa 60 Prozent. Bei Kindern liegen die Werte in Europa zwischen 80 und 90 Prozent. Zu dieser hohen Quote trägt bei, dass das Tragen von Ski- und Snowboardhelmen zum Teil vorgeschrieben ist. In Italien müssen Kinder und Jugendliche bis 14 Jahre seit 2005 einen Kopfschutz tragen. Auch Österreich steht kurz vor der Einführung der Helmpflicht für diese Altersgruppe, eventuell sogar schon in der Saison 2009/2010.

In Deutschland wird zwar immer wieder über die Einführung einer Helmpflicht auf den Pisten diskutiert. Doch das Recht auf eine freie Entscheidung wird bislang höher bewertet. Die Politik setzt auf die persönliche Vernunft und das Verantwortungsbewusstsein der Winter-

sportler. Bei den Kindern allerdings nähert sich die Helmquote laut der Studie auch schon dem Wert der 100-Prozent-Marke. Das entspricht auch den Beobachtungen von Michael Brunner, Chef der Skischule Garmisch-Partenkirchen, der außerdem immer mehr Erwachsene mit Kopfschutz auf der Piste sieht. Vor einigen Jahren seien als einsamer Helmträger noch komisch angeschaut worden, erinnert er sich. Heute sei das völlig normal, auch weil es kein Argument mehr gegen Helme gibt.








Schlechte Passformen und Schwitzen unter schlecht belüfteten, schweren Helmen seien passé, Brunner: „Wenn der Helm gut sitzt, gibt es überhaupt keine Einschränkung.“ Er selbst fährt nicht mehr ohne. „Der Kopf ist mein wertvoll-

tes Gut“, sagt er, „wenn ich die Möglichkeit habe, das zu schützen, tue ich das.“

Auch Mediziner empfehlen den Kopfschutz. „Es ist unstrittig, dass ein Helm bei Unfällen helfen kann“, sagt Christoph Kruis, Oberarzt der Chirurgie an der Unfallklinik Murnau beim bayerischen Stärfelsee: „Er kann in vielen Fällen, etwa bei jedem Schädel-Hirn-Trauma, die Schwere der Verletzung abmildern.“ Aber der beste Helm helfe nichts, wenn der Träger sich wegen des Kopfschutzes zu sicher fühle und auf der Piste rücksichtslos Gas gebe, meint Kruis, der auch Skilehrer ist: „Ein Helm ist schon hilfreich, aber entscheidend ist dann doch vernünftiges Fahrverhalten.“

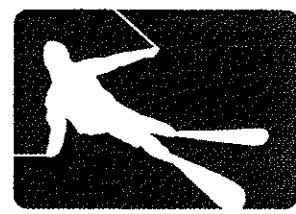
— Christof Henn

www.adac.de/skihelmtest

CASCO Powder	R.E.D. Hi-Fi	SCOTT Shadow III	HUDORA HMX	CARRERA Bullet ²	SMITH Variant Brim ³	DAINESE Air Soft ⁴
						
2 / 56-63	5 / 54-64	6 / 52-63	3 / 54-61	5 / 54-61	3 / 51-63	5 / 54-61
„Powder“ ab 59 €	„Anon“ ab 59 €	„Witness“ ab 49 €	keine	„Steel“ 129 €	diverse ab 99 €	„D-World Cup“ ab 69 €
420 g	380 g	425 g	635 g	630 g	530 g	630 g
Schnapp	Raster	Raster	Schnapp	Schnapp	Schnapp	Raster
nein / nein	nein / nein	nein / ja	ja / nein	nein / nein	ja / nein	nein / nein
ja / nein	ja / nein	ja / nein	ja / nein	nein / nein	ja / nein	ja / nein
ja	nein	ja	ja	nein	ja	nein
nein	ja	ja	nein	nein	ja	nein
+	++	+	o	o	o	o
o	o	+	o	o	+	o
+	+	o	o	o	o	o
+	+	+	+	++	++	-
+	+	++	+	+	++	+
o	o	o	+	+	+	+
o	o	o	o	o	++	o
o	o	o	o	o	++	+
o	o	o	+	++	+	+
o	o	+	+	o	+	o
100 €	100 €	90 €	39 €	140 €	165 €	120 €
2,5	2,5	2,6	2,8	2,8	3,2	5,0

4) Gravierender Sicherheitsmangel: Dainese reagierte auf den ADAC-Test mit einer Rückrufaktion und will das Produkt nachbessern

Fotos: B. Eberle



**MIET
SKI**
WWW.MIETSKI.COM

1 Woche
ab **19€**

**ZILLERTAL
ISCHGL/GALTÜR
ÖTZTAL/SÖLDEN
JETZT BUCHEN**