

Rollschuhe und Inline-Skates

Kurzbeschreibung Rollschuhe bzw. Rollerskates

- Rollschuhe sind Schuhe mit je zwei Rollen unter Fußballen und Ferse.
- Einige Modelle lassen sich unter Freizeitschuhe schnallen.
- Der Antrieb erfolgt durch schräg hinten gerichtetes, wechselseitiges Abdrücken der Füße vom Boden.
- Das Bremsen funktioniert mit einem Stopper unter den Zehen. Der bremsende Fuß wird dafür nach hinten geführt und zur Fußspitze gekippt.

Kurzbeschreibung Inline-Skates bzw. Inliner

- Inline-Skates sind Rollschuhe, deren drei oder vier Rollen mittig in einer Reihe liegen.
- Der Antrieb erfolgt durch nach schräg hinten gerichtetes, wechselseitiges Abdrücken der Füße vom Boden.
- Das Bremsen funktioniert durch Querstellen eines Fußes oder über eine Fersenbremse. Dafür wird der bremsende Fuß nach vorn geführt und zur Ferse gekippt.
- **Achtung:** Für das Inlineskaten ist ein besseres Gleichgewicht erforderlich als für das Rollschuhfahren. Das liegt an der Verteilung der Rollen und an der Bremstechnik.

Empfohlenes Alter

- Wenn das Kind sicher auf den Inline-Skates stehen kann und Spaß am Lernen der Bewegungstechniken hat, ist es meist auch alt genug fürs Inline-Fahren. Ansonsten kann man Skaten in jedem Alter lernen.
- Sinnvoll ist ein Fahrtraining, um das richtige Anfahren, Steuern und Bremsen mit Rollschuhen und Inlineskates zu lernen.

Kauf-Tipps

- Rollschuhe oder Skates immer im Geschäft anprobieren und probefahren.
- Die richtige Passform: Der Schuh sitzt eng, damit die Kraft- und Bewegungsübertragung vom Fuß auf die Rollen möglichst direkt ist. Er ist bequem, damit die Füße auch nach stundenlangem Laufen nicht drücken und schmerzen.
- Für Kinder gibt es Skates, die mehrere Schuhgrößen „mitwachsen“ können.

Mit Rollschuhen und Inline-Skates im Straßenverkehr

- Skater gelten als Fußgänger und müssen auf Gehwegen fahren.
- Eine Ausnahme erlaubt die StVO, wenn ein Zusatzzeichen die Benutzung von Radwegen, Seitenstreifen oder Fahrbahnen für Rollschuhfahrer ausdrücklich gestattet.

Schutzausrüstung

- Helm (wenn möglich mit Kinnschutz), Handgelenks-, Knie- und Ellbogenschützer