

Zeitschrift: Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

Herausgeber: Eidgenössische Sportschule Magglingen

Band: 54 (1997)

Heft: 11

Artikel: Carving und Racing

Autor: Chevalier, Philippe

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-992995>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.04.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



Erlebt der alpine Skisport mit dem «Carving» seine Renaissance dank der englischen Sprache? Oder steckt mehr dahinter? Ein Experte vergleicht und erläutert.

Text: Philippe Chevalier

Fotos: Daniel Käsermann, Philippe Chevalier

Wir kennen das Phänomen schon lange: Altes in neuer Form und wirklich Neues kommt immer wieder aus dem Englischen, sprich Amerikanischen, zu uns: Jogging, Stretching, Bodybuilding... Auch die Snowboard-Terminologie basiert auf englischen Ausdrücken: Frontside, Backside, Regular, Goofy...

Schon 1970 beschrieben Art Furrer und Sepp Renggli in einem Buch mit dem Titel «Ski-Akrobatik für alle» englisch benannte Formvarianten wie

Englisch- oder Skikurs?

Carving und Racing

«Step Over» oder «Royal-Switch». Die Kurve von Alberto Tomba in Veysonnaz (Abb. 2) könnte man z.B. «Power Inside» nennen

Was will man nun mit dem Begriff «Carving» ändern? Die Technikstrukturen (Kernbewegungen) oder die Formen (Varianten)?

Die funktionelle Technik

Seit jeher beeinflusst das Material auch direkt die funktionelle Technik (siehe Abb. 1). Das Material ist ein variabler, durch den Skifahrer wählbarer Faktor. In den «Racing»-Disziplinen konstruiert jeder Fabrikant Ski, die den speziellen Anforderungen der verschiedenen Disziplinen entsprechen: Ski für Slalom, Riesenslalom, Super-G und Abfahrt. Die stark taillierten Ski (Carving-Ski) werden also die individuelle funktionelle Technik gleichermassen be-

einflussen wie die Slalom- oder Abfahrts-Ski die Renntechnik (Grundtechnik in eine vorgegebene Richtung angepasst).

Strukturen und Formen

Kurvenfahren ohne zu rutschen ist seit Jahren das angestrebte Ziel aller Rennfahrer. Dank der Entwicklung der beim Skibau verwendeten Materialien mit besseren Biegungs- und Verwindungswerten, durch die allgemeine Verkürzung (bei den Abfahrts-Ski von 2,25 auf 2,17 m), durch die immer ausgeprägtere Geometrie (Taillierung) hat sich

Philippe Chevalier ist Ausbildungschef beim Schweiz. Skiverband (SSV) und daher auch in der J+S-Leiteraus- bildung tätig. Ausserdem berät er die Trainer der Nationalmannschaften.

Die Auslösung



Passive Steuerung



Aktive Steuerung



Kurve definiert. Diese Kernbewegungen bilden die Struktur der Technik. Die drei Phasen sind:

Das Auslösen

- Beugen oder Strecken
- Kippen
- Rotation (Dreh-Orientierung)

Passive Steuerung

- Den Körper in den Schwung hineinlegen
- Zum nächsten Tor hin orientieren

Aktive Steuerung

- Vertikalbewegung
- Hüftknick (Hüfte-Knie)
- Gegenbewegung (Orientierung zum nächsten Tor)

Nach dem Erwerb dieser Kernbewegungen resp. der Strukturen können in der Anwendung diverse Formvarianten aus der natürlichen, individuellen Gestaltung entstehen. Bei allen Skifahrern, welche die Kernbewegungen der Technik beherrschen, können die Varianten je nach Niveau zu extremen Formen führen (siehe Abb. 2).

Carving und Racing passen gut zusammen

Um einen Schwung zu fahren, haben wir zwei Möglichkeiten zur Verfügung:

- Fahren auf der Kante (Carving und Racing)
- Rutschen

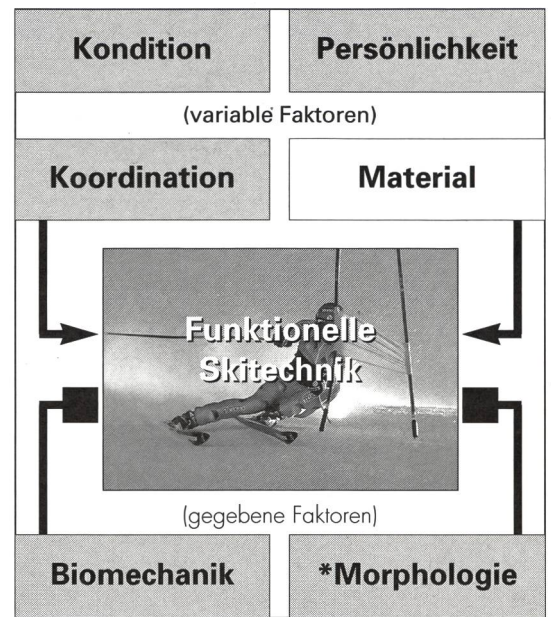
Bewegungsökonomie und das Vermeiden von übertriebenen Bewegungen sind dank der Qualität der Carving-Ski möglich. Dies ist genau das gleiche Ziel, welches man beim «Racing» seit langem verfolgt. Das Steuern der Schwünge auf den Kanten erfordert jedoch koordinative und konditionelle (Kraft) Fähigkeiten (Abb. 1) genau wie das «Racing».

Das Fahren auf den Kanten ist im Gegensatz zum Rutschen die beste Möglichkeit, ein Maximum an Geschwindigkeit beizubehalten. Dieses Gefühl von Geschwindigkeit erfordert auch einen gewissen Mut (siehe Abb. 1).

Carving-Ski ermöglichen also dem guten Skifahrer ähnliche Empfindungen, wie sie der «Racer» erlebt, ohne dass er die Strukturen der funktionellen Technik verändert. Ob «Carver» oder «Racer» – die Skifabrikanten offerieren heute Ski von sehr hoher Qualität und Leistungsfähigkeit für alle Könnertufen. Um optimal von diesen Vorzügen profitieren zu können, ist es unumgänglich, sich mit der funktionellen Technik vertraut zu machen, verwerde man nun Normal-, Carving- oder Racing-Ski.

das Steuern der Ski (Carving-Effekt) bei allen Wettkämpfern in den letzten Jahren wesentlich verbessert. Wenn die Carving-Ski die funktionelle Technik beeinflussen, so verändern sie aber in keinem Fall deren Strukturen (Abb. 1) und noch weniger die Renn-Technik.

Zusammen mit allen Trainern der Nationalmannschaften haben wir, unterstützt durch biomechanische Messungen der Universität Salzburg (Prof. Müller), die Kernbewegungen der Technik in den drei Phasen jeder



* Morphologie = Wissenschaft von der Gestalt und dem Bau des Menschen.

Abb. 1

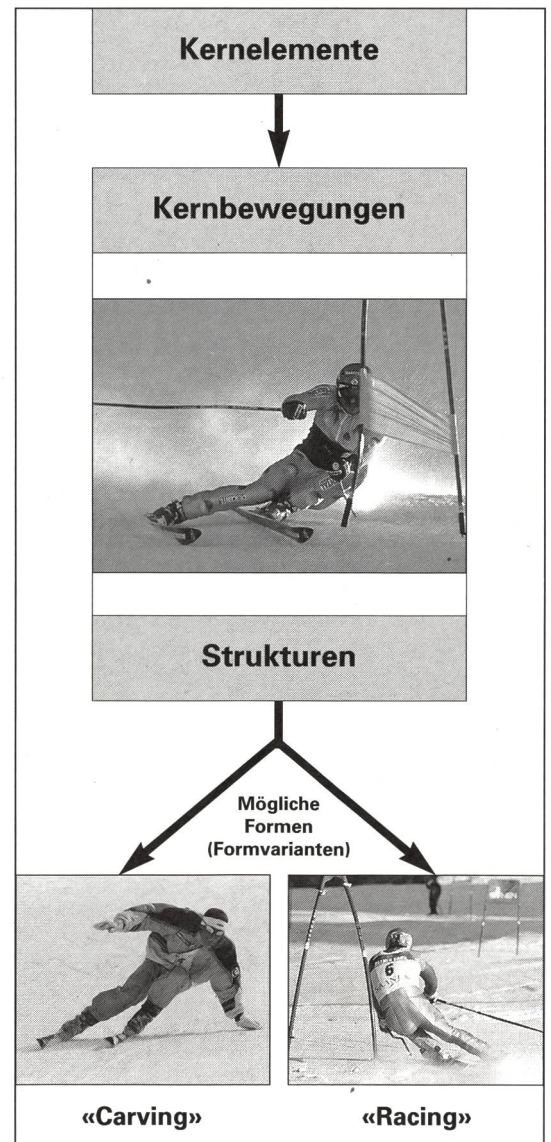


Abb. 2