



## Sicher auf der Skipiste unterwegs

ARAG Experten über Verletzungsrisiken, Regeln und No-Gos beim Wintersport

Die Skiunfallzahlen steigen. Laut [ARAG-ASU](#) (Auswertungsstelle für Skiunfälle in Kooperation mit der [Stiftung für Sicherheit im Skisport](#)) mussten in der Saison 2024/2025 über 50.000 Skisportler ärztlich behandelt werden. Gleichzeitig verändert sich durch veränderte Skitechnik, Ausrüstung und Fahrverhalten die Art der Verletzungen. Anlass für die ARAG Experten, auf wichtige Pisten-Regeln und sinnvolle Absicherungen im Wintersport hinzuweisen.

Ski heil, Bein kaputt

Die „Rentnerband“ hat mit ihrem Song „Ski heil, Bein kaputt“ die Herausforderungen des Skisports bereits in den 80er-Jahren besungen. Und richtig: Skifahren ist mit einem hohen Verletzungsrisiko verbunden. Dabei hat sich die Art der Skiverletzungen in den letzten Jahrzehnten verändert. Früher dominierten Unterschenkelbrüche, vor allem Schienbeinfrakturen. Durch moderne Sicherheitsbindungen, stabilere Skischuhe und bessere Pistenpräparation sind diese Verletzungen zurückgegangen. Heute treten laut ARAG-ASU dagegen häufiger Knieverletzungen auf. Deutliche Anstiege zeigen sich aber auch bei Rumpf-, Hüft- und Oberschenkelverletzungen sowie bei Unterarm- und Handverletzungen.

Der Grund liegt laut ARAG Experten unter anderem in der veränderten Skitechnik und Ausrüstung: Carving-Ski sind kürzer, breiter und taillierter, wodurch höhere Geschwindigkeiten und stärkere Drehkräfte entstehen, die direkt auf das Kniegelenk wirken. Steife Skischuhe allerdings fixieren den Unterschenkel sehr gut, sodass Belastungen nicht mehr durch den Fuß abgefangen werden können.

### Schneller, weiter, höher

Aber auch das Fahrverhalten spielt den ARAG Experten zufolge eine Rolle bei zunehmenden Skiverletzungen: Viele Skifahrer überschätzen ihr Können, fahren daher schneller und riskanter. Eine Folge dieser Selbstüberschätzung sind Kollisionsunfälle, deren Anteil an allen Skiverletzungen bei über 20 Prozent liegt. In der Saison 2024/2025 erreichten sie den höchsten Wert in mehr als 40 Jahren.

Verkehrsregeln für die Piste

Um die Gefahren auf der Piste zu minimieren, ist ein internationales Regelwerk unumgänglich: die [FIS-Regeln](#). Benannt nach dem internationalen Skiverband „Fédération Internationale de Ski“ gelten diese Regeln weltweit. Auch wenn sie nicht offiziell als Gesetz angelegt sind, weisen die ARAG Experten darauf hin, dass ihre

# ARAG Verbraucherinformation

Düsseldorf, 22.01.2026 2/3



Nichteinhaltung als Verstoß gegen die allgemeine Sorgfaltspflicht gewertet wird und Gerichte FIS-Regeln durchaus in Prozessen heranziehen.

Von Kindesbeinen an

Auch seinen Kindern sollte man trotz Ski-Schule die Inhalte der FIS-Regeln regelmäßig immer wieder nahebringen. Denn abgesehen davon, dass die Kleinen bei einer Kollision oft die Schwächeren sind, macht die Schuldfrage tatsächlich auch vor ihnen nicht halt. So verurteilte das Landgericht Coburg einen Achtjährigen zur hälftigen Mitschuld an einem Unfall, bei dem sich der andere betroffene Skifahrer einen komplizierten Armbruch zufügte. Der Junge sei als bereits erfahrener Abfahrtläufer in der Lage gewesen, den Unfall zu vermeiden, habe aber gegen die FIS-Regeln verstößen und sei nicht aufmerksam genug gefahren (Az.: 23 736/05).

Keine Ausnahme für Rodler

Nicht nur Ski- und Snowboardfahrer sind angesprochen. Die FIS-Regeln gelten vielmehr als Maßstab für alle Wintersportler. In einem konkreten Fall wurde ein Rodler, der beim Schlittenfahren einen Fußgänger mittelschwer verletzt hatte, zu einer Schadensersatz- und Schmerzensgeldzahlung verurteilt. Die Richter sahen in diesem Fall das geforderte Fahren auf Sicht nicht umgesetzt, da der Rodler mit 20 Stundenkilometern viel zu schnell unterwegs war und laut ARAG Experten nachweislich weder rechtzeitig noch mit vollem Einsatz gebremst hatte. Da er sich noch dazu auf keiner reinen Rodelbahn befand, wäre umso mehr Rücksicht gefordert gewesen (Oberlandesgericht München, Az.: 7 U 1195/21).

## Promille auf der Piste tabu

Klar ist: Alkohol und Skisport sind eine ganz schlechte Mischung! Trotzdem gibt es nur in Italien eine feste Promillegrenze von 0,5 Promille, ab 0,8 drohen sogar strafrechtliche Konsequenzen. In Ländern wie Österreich, Deutschland, Frankreich oder der Schweiz existieren zwar keine festen Grenzwerte. Aber die ARAG Experten weisen darauf hin, dass sich Pistenbetreiber das Recht vorbehalten, stark alkoholisierten Wintersportlern den Skipass zu entziehen. Zudem verlieren angetrunkene Pistenrowdies bei einem Unfall unter Umständen ihren Versicherungsschutz und müssen für etwaige Schäden selbst aufkommen.

## Welche Versicherungen sind für Wintersportler sinnvoll?

Für Wintersportler raten die ARAG Experten zu einigen besonders relevanten Absicherungen, die über den Basisschutz hinausgehen: Neben der privaten Haftpflichtversicherung, die im Pistenalltag unabdingbar ist, weil sie Schadensersatzansprüche bei Zusammenstößen abdeckt, gehört eine private Unfallversicherung mit Wintersport-Einschluss dazu. Diese sichert nicht nur Invalidität ab, sondern sollte idealerweise auch Such-, Rettungs- und Bergungskosten nach einem Sturz oder bei einem Hubschraubereinsatz übernehmen. Ein Kostenpunkt, der sonst

# ARAG Verbraucherinformation

Düsseldorf, 22.01.2026 3/3



schnell teuer wird. Ebenso wichtig ist eine Auslandskrankenversicherung, denn die gesetzliche Krankenversicherung im europäischen Ausland deckt oft nicht alle Behandlungen, Rücktransporte oder Bergungseinsätze ab. Für den gebuchten Winterurlaub lohnt sich zusätzlich eine Reiserücktritts- und Reiseabbruchversicherung, die bei plötzlicher Erkrankung oder Unfall vor und während der Reise Stornokosten erstattet. Bei hochwertigen Skiern, Snowboards oder Schutzkleidung raten die ARAG Experten zudem zu einer Sportgeräte- bzw. Geräteversicherung, um bei Diebstahl oder Beschädigung finanziellen Ersatz zu erhalten.

Weitere interessante Informationen unter:

<https://www.arag.de/versicherungs-ratgeber/>

Sie wollen mehr von den ARAG Experten lesen oder hören?

Dann schauen Sie im [ARAG newsroom](#) vorbei.

## Ihre Ansprechpartnerin

Jennifer Kallweit

Konzernkommunikation/Marketing ARAG SE

Fachreferentin Kommunikation/Verbraucher-PR

Telefon: 0211 963-3115

E-Mail: [Jennifer.Kallweit@ARAG.de](mailto:Jennifer.Kallweit@ARAG.de) [www.ARAG.com](http://www.ARAG.com)

Sie möchten unsere Verbraucher-Informationen nicht mehr erhalten? Melden Sie sich [hier](#) ab.

Die ARAG ist das größte Familienunternehmen in der deutschen Assekuranz und versteht sich als vielseitiger Qualitätsversicherer. Sie ist der weltweit größte Rechtsschutzversicherer. Aktiv in insgesamt 19 Ländern – inklusive den USA und Kanada – nimmt die ARAG über ihre internationalen Niederlassungen, Gesellschaften und Beteiligungen in vielen internationalen Märkten mit ihren Rechtsschutzversicherungen und Rechtsdienstleistungen eine führende Position ein. Ihren Kunden in Deutschland bietet die ARAG neben ihrem Schwerpunkt im Rechtsschutzgeschäft auch eigene einzigartige, bedarfsoorientierte Produkte und Services in den Bereichen Komposit und Gesundheit. Mit mehr als 6.100 Mitarbeitenden erwirtschaftet der Konzern ein Umsatz- und Beitragsvolumen von über 2,8 Milliarden €.

ARAG SE ARAG Platz 1 · 40472 Düsseldorf **Aufsichtsratsvorsitzender** Dr. Dr. h. c. Paul-Otto Faßbender  
**Vorstand** Dr. Renko Dirksen (Vorsitzender) · Dr. Matthias Maslaton · Wolfgang Mathmann · Dr. Shiva Meyer ·  
Hanno Petersen · Dr. Jörg Schwarze

**Sitz und Registergericht** Düsseldorf · HRB 66846 · USt-ID-Nr.: DE 119 355 995