

## Inlineskaten

<b>Teilnahme von Kindern bzw. Jugendlichen</b>	In den Vereinen des Deutsche Rollsport- und Inline-Verbandes (DRIV), der dem DOSB angehört, waren 2009 ca. 7.000 Jungen und 8.000 Mädchen bis 18 Jahre organisiert. Der Deutsche Inline-Skate-Verband (DIV), der nicht dem DOSB angehört, ist außerordentliches Mitglied des DRIV.
<b>Historie</b>	Die Erfindung der Inlineskates war der über zwei Jahrhunderte dauernde Versuch, Schlittschuhe für den Sommer zu konstruieren. Erstmals montierte der Belgier Joseph Merlin 1760 mehrere Rollen hintereinander unter einen Schuh, ein erstes Patent für Rollschuhe wurde 1819 in Frankreich eingetragen. In der Folge wurden mehrere Varianten mit hintereinander angeordneten Rollen konstruiert, allesamt aus Holz oder Metall, ohne Lager und daher langsam und schwer zu beherrschen. 1884 wurden die Kugellager patentiert und fanden schnell Verwendung in den Rollerskates. 1979 entwickelte der Eishockeyspieler S. Olsen die ersten Inline-Skates aus Kunststoff. Sie gründeten die Firma Rollerblade.
<b>Kurzcharakteristik</b>	Disziplinen: Speed Inline (200m, 500m, 1000m, 5000m, 10.000m, 20.000m) Inline-Alpine, Slalom-Wettbewerbe, Downhill, Aggressives und Stunt Skating (Fahren über Hindernisse und in der Half-Pipe) Off-Road Skating (Fahren außerhalb asphaltierter Straßen) 90% aller Inlineskater fahren im Freizeit- und Fitnessskating

### Anforderungsprofil

<b>konditionell (primäre)</b>	kardiopulmonale Ausdauer, Kraftausdauer
<b>konditionell (sekundär)</b>	Schnelligkeitsausdauer
<b>Koordinativ</b>	Präzisionsanforderungen, Gleichgewichtsfähigkeit
<b>Psychisch</b>	Risikobereitschaft, Mut
<b>Besonderheiten</b>	zählt zu den gefährlichsten Sportarten

### Kontraindikationen

<b>absolut</b>	
<b>relativ</b>	
<b>sportarttypische Verletzungen</b>	Platz- und Schürfwunden, Distorsionen und Frakturen v.a. der oberen Extremitäten (Handgelenk, Finger, Unterarm, Schulter, Ellbogen) und der Knie, bei Kindern häufig Epiphysenfuge mitbeteiligt, Distorsionen unteres Sprunggelenk, Kopfverletzungen
<b>sportarttypische Überlastungsfolgen</b>	Knie- und Sprunggelenk: Überdehnung des medialen Bandapparates durch funktionelle X-Bein-Stellung Rücken: Myogelosen durch Skating-Haltung

<b>Verletzungs- und Überlastungsprophylaxe</b>	Festigkeit des Schuhs zum Schutz vor Distorsionen beachten, Schutzbegleitung, Protektoren, Schutzhelm
<b>spezifische (sport-) medizinische Betreuungsmaßnahmen</b>	

#### Bedingungen für den Wettkampfsport

<b>Teilnahmebedingungen</b>	Für nicht volljährige Sportler ist die Teilnahme am Wettkampfsport mit einer jährlichen medizinischen Grunduntersuchung verbunden.
<b>Trainingshäufigkeit</b>	Als klassische Ausdauersportart ist der Trainingsumfang im Inlineskaten eher hoch. 2-3 Trainingseinheiten im Anfänger- und Grundlagentraining, 5-8 Trainingseinheiten pro Woche im Aufbau- und Anschlussstraining, sowie 10-12 Einheiten im Leistungstraining.
<b>Komplementärsportart</b>	Schwimmen, Ballsportart
<b>Anmerkungen</b>	<a href="http://www.driv.de">www.driv.de</a>