

Rollkunstlauf

Teilnahme von Kindern bzw. Jugendlichen	Im Jahr 2015 sind in der Mitgliederstatistik des DOSB ca. 4.000 Jungen und 9.000 Mädchen bis 18 Jahren unter der Rubrik „Rollsport“ aufgeführt. Darüber hinaus wird beim DOSB die RKB „Solidarität“ mit insgesamt ca. 40.000 Mitgliedern (keine Alterseinteilung!) als Verband mit besonderer Aufgabenstellung geführt.
Historie	Ursprünglich war der Rollkunstlauf Trainings- und Wettkampfersatz der Eiskunstläufer in der Sommerzeit. Seit 1954 werden im Rollkunstlauf Weltmeisterschaften ausgetragen. Die Sportart ist nicht olympisch, gehört jedoch zum Programm der World Games (Weltspiele der nichtolympischen Sportarten)
Kurzcharakteristik	In der Historie des Rollkunstlaufes ist die Ähnlichkeit mit dem Eiskunstlaufen begründet. Der Rollkunstlauf wird in ein Pflichtprogramm mit vorgeschriebenem Figurenlauf und ein Kürlauf als Kombination von Schritten, Pirouetten, Sprüngen und Drehungen um die Längsachse unterteilt. Im Paarlauf werden zusätzlich Heben, Werfen und Auffangen der Partnerin gezeigt. Gelaufen wird auf einer Bahn der Größe 20x40 m, deren Gleitoberfläche meist rau ist (Beton, Holz, Kunststoffbezüge).

Anforderungsprofil

konditionell (primäre)	Schnelligkeit, Maximalkraft, Schnellkraft
konditionell (sekundär)	aerobe und anaerobe Ausdauer
Koordinativ	Koordination unter Zeitdruck, Präzision, räumliche Orientierung, Musik und Rhythmisierungsfähigkeit
Psychisch	Konzentrationsfähigkeit, mentale Stärke
Besonderheiten	Technisch-kompositorische Sportart

Kontraindikationen

absolut	Hüftdysplasie
relativ	Beinachsenfehlstellungen, Spondylolisthesis höherer Grade, Adipositas
sportarttypische Verletzungen	Frakturen obere und untere Extremitäten, Bänder- und Sehnenverletzungen, Stauchungen, Zerrungen, Prellungen, Luxationen der unteren Extremitäten, Fußprobleme mit druckbedingten Pathologien, Muskelverletzungen untere Extremität
sportarttypische Überlastungsfolgen	Instabile Gelenke, Morbus Schlatter, Stressfrakturen, Jumpers Knie (chronische Überlastung durch Sprünge), Arthrose Kniegelenk, Spondylolyse, Spondylolisthesis, chronische Schmerzen LWS Bereich, Fußprobleme durch chronische Tendinitiden, Bursitiden, Female athlete triad mit Eßstörungen und Menstruationsstörungen

Verletzungs- und Überlastungsprophylaxe	Adäquates Schuhwerk, Muskuläres Aufbautraining, besonders Rücken, Knie Becken, Bauch (Mittelnkörperspannung), Schulung koordinativer Fähigkeiten, Verbesserung mentaler Stärken, vernünftige Trainingsdosierung, Protektoren, Überehrgeiz Eltern beachten
spezifische (sport-) medizinische Betreuungsmaßnahmen	Vermeidung muskulärer Dysbalancen Prävention Ess- und Ernährungsstörungen

Bedingungen für den Wettkampfsport

Teilnahmebedingungen	Wettkämpfe schon in sehr jungen Jahren, Einteilung in Altersklassen, Schüler, Jugend, Junioren, Senioren ab 19 Jahre Europameisterschaften schon ab Kadetten, Weltmeisterschaften ab Juniorenalter
Trainingshäufigkeit	Leistungssport 11- 20 Stunden pro Woche, Breitensport 6-15 Stunden pro Woche
Komplementärsportart	Tanz, Sportgymnastik
Anmerkungen	Deutscher Rollsport und Inline-Verband (DRIV) www.rollkunstlauf-driv.de