

Fritschi-Tourenbindungen einstellen

Der Powder Party Bergsport e.V. und seine Vertreter übernehmen keine Gewähr für die Richtigkeit dieser Beschreibung und keinerlei Haftung für Schäden, die durch Leihmaterial des Vereins entstehen.

Die vorliegende Beschreibung dient nur der groben Ermittlung des Z-Wertes und Einstellung der Bindung, welche der Verantwortung des Benutzers unterliegen – im Zweifel sollte die Einstellung in einem Fachgeschäft vorgenommen werden (zusammen mit den zu verwendenden Skistiefeln).

Z-Wert-Tabelle

(Verwendung siehe nächste Seite)

Angaben zum Skifahrer		Z-Wert vor Korrektur in Abhängigkeit der Sohlenlänge [mm]					
Körpergewicht [kg]	Körpergröße [cm]	bis 250	251-270	271-290	291-310	311-330	über 331
10 - 13		0,75	0,75				
14 - 17		1	1	0,75			
18 - 21		1,5	1,25	1			
22 - 25		1,75	1,5	1,5	1,25		
26 - 30		2,25	2	1,75	1,5	1,5	
31 - 35		2,75	2,5	2,25	2	1,75	1,75
36 - 41		3,5	3	2,75	2,5	2,25	2
42 - 48	bis 148		3,5	3	3	2,75	2,5
49 - 57	149 - 157		4,5	4	3,5	3,5	3
58 - 66	158 - 166		5,5	5	4,5	4	3,5
67 - 78	167 - 178		6,5	6	5,5	5	4,5
79 - 94	179 - 194		7,5	7	6,5	6	5,5
über 95	über 195			8,5	8	7	6,5
				10	9,5	8,5	8
				11,5	11	10	9,5

1. Ermittlung des Z-Wertes

1. In der Z-Wert-Tabelle auf der vorherigen Seite die Zeile mit dem passendem Körpergewicht und der passenden Körpergröße wählen (falls diese in unterschiedlichen Zeilen stehen, die obere der beiden Zeilen wählen)
2. Anhand der Sohlenlänge der zu verwendenden Skistiefel (findet man auf der Schale des Stiefels oder misst man aus) den entsprechenden Z-Wert ablesen
3. Individuelle Z-Wert-Anpassung an den jeweiligen Skifahrertyp:

Anfänger-Fahrer

der in 2. ermittelte Z-Wert wird verwendet

Durchschnittlicher Fahrer

Z-Wert **eine Zeile unter** dem in 2. ermittelten Z-Wert wird verwendet

Fortgeschrittener Fahrer

Z-Wert **zwei Zeilen unter** dem in 2. ermittelten Z-Wert wird verwendet

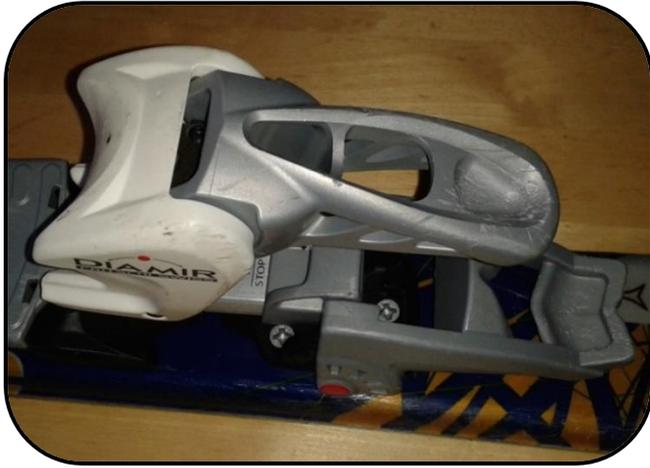
Profi-Fahrer

Z-Wert **zwei Zeilen unter** und **eine Position links** von dem in 2. ermittelten Z-Wert wird verwendet

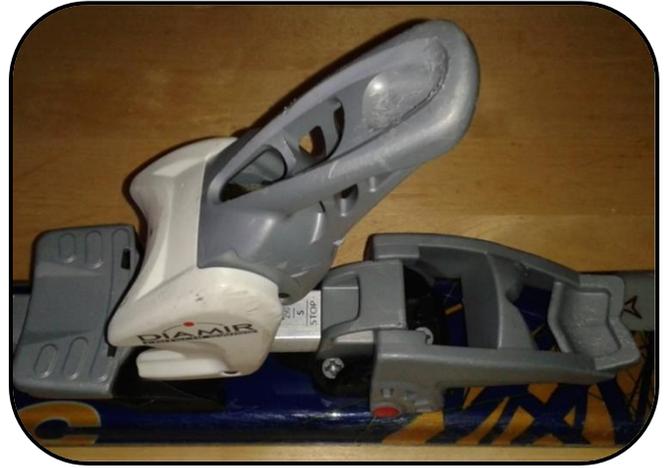
4. Nach dieser Anpassung folgt ggf. noch die **Alterskorrektur** für Kinder bis 10 Jahre und Erwachsene über 50 Jahre:
Z-Wert **eine Zeile über** dem in 3. ermittelten Z-Wert wird verwendet

2. Skimodus und Gehmodus

1. Skimodus



Bindung offen



Bindung geschlossen

2. Gehmodus



ohne Steighilfe

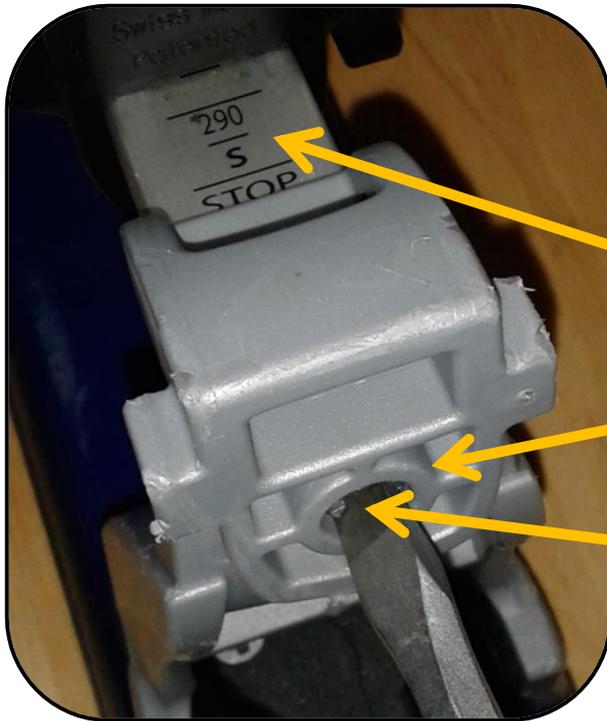


mit Steighilfe



3. Sohlenlänge/Anpressdruck einstellen

1. Bindung auf Gehmodus einstellen
2. Mithilfe der Schraube hinten am Bindungssteg Sohlenlänge auf den Skistiefel passend einstellen (findet man auf der Schale des Stiefels oder misst man aus)



Skala für die Sohlenlänge

Kunststoffgehäuse

Einstellschraube für die Sohlenlänge

3. Für den richtigen Anpressdruck muss bei **eingespanntem** Skistiefel die Einstellschraube bündig mit dem Kunststoffgehäuse abschließen (bei Bedarf die Einstellschraube hinein- oder herausdrehen)
4. Wichtig ist, dass beim Einspannen des Stiefels der **vordere Sohlenrand** vollständig unter dem Vorderbacken der Bindung sitzt. Sollte das nicht der Fall sein, muss der Vorderbacken höher eingestellt werden (siehe „4. Höhe des Vorderbackens einstellen“), bevor die Sohlenlänge nochmals wie in den drei oben beschriebenen Schritten eingestellt wird

4. Höhe des Vorderbackens einstellen

1. Auf die vordere Auslöseplatte einen gefalteten Streifen Glanzpapier aus einer Illustrierten legen (unten liegende Seite des Papiers ist länger)



Faltkante

kurzes Ende (liegt oben)

langes Ende (liegt unten)

2. Skistiefel in die Bindung einspannen
3. Am längeren Ende des Papiers ziehen:
 - a) langes Ende kann herausgezogen werden, kurzes Ende bleibt in Position: **Vorderbacken ist richtig eingestellt**
 - b) Papier zerreißt: **Vorderbacken zu tief**
→ Einstellschraube herausdrehen, Test wiederholen
 - c) langes und kurzes Ende können gleichzeitig herausgezogen werden: **Vorderbacken zu hoch**
→ Schraube hineindrehen, Test wiederholen

Einstellschraube für die Höhe des Vorderbackens



5. Auslösehärte einstellen

1. Z-Wert (Auslösehärte) ermitteln („1. Ermittlung des Z-Wertes“)
2. Einstellschraube für den vorderen Z-Wert drehen, bis der Wert auf der Skala erreicht ist



vordere
Einstellschraube
für den Z-Wert

vordere Z-Wert-
Skala

3. Einstellschraube für den hinteren Z-Wert drehen, bis der Wert auf der Skala erreicht ist (bei geschlossener Bindung!)



hintere Einstellschraube Z-Wert



hintere Z-Wert-Skala

4. Durch mehrmaliges Einspannen des Skistiefels testen, ob die Werte wie gewünscht eingestellt bleiben

6. Harscheisen anbringen

1. Metallzungen des Harscheisens unter die vordere Auslöseplatte schieben

vordere
Auslöseplatte

Metallzungen



2. Harscheisen nach unten drücken, bis Kunststoffnasen am Bindungssteg einrasten



Kunststoffnasen



engerastetes Harscheisen