

MATHIAS ZDARSKY und der sog. „Stemmbogen“

HORST TIWALD

05. 07. 2011

www.horstst-tiwald.de

MATHIAS ZDARSKY sprach vom:

- „**Stemmfahren**“ (Stemm-Fahren)
- und vom „**Stemmbogenfahren**“ (Stemm-Bogenfahren).

ZDARSKYS offene und auch seine ihn umarmenden heimlichen Gegner¹ haben **der Skiwelt aber penetrant eingehämmert** (und sie tun dies auch heute noch!), MATHIAS ZDARSKY habe vom „**Stemmbogen**“ gesprochen und sei diesen auch gefahren.

Aus seinem „*Stemmbogenfahren*“ (Stemm-Bogenfahren) machten sie daher, die historischen Tatsachen **gezielt** verfälschend, ein „**Stemmbogen-Fahren**“ im Sinne der ARLBERGSCHULE.

Was meinte MATHIAS ZDARSKY nun **selbst** dazu und was verstand **er selbst** unter seinem „**Stemmbogenfahren**“?

Im Jahre **1930** merkte MATHIAS ZDARSKY rückblickend an:

"Meinen Halbkreisschwung nannten meine Widersacher 'Stemmbogen'.

Ich hatte nichts dagegen einzuwenden, denn im Wesen ist der Halbkreisschwung ein rascher Wechsel zwischen zwei ungleichnamigen Stemmstellungen.

Aber was jetzt meine Gegner als 'Stemmbogen' pflegen, ist eine Karikatur von so häßlicher Körperhaltung und so großer Kraftvergeudung, dass es mir unfaßbar ist, wie man aus Justamentgründen sich so lange plagen kann. "²

¹ z.B. später auch in der Festschrift zu seinem 80. Geburtstag. Vgl. meinen Text: „*Eine Geschichtsfälschung! Die Festschrift von 1936 zum 80. Geburtstag von MATHIAS ZDARSKY, dem Begründers des alpinen Skilaufs.*“ Zum Downloaden aus dem Internet: www.mathias-zdarsky.de im „Zdarsky-Archiv“ unter den „Downloads“.

²MATHIAS ZDARSKY: „*Ein heikles Thema*“, in: „*Der Schnee*“, Zeitschrift des Alpen-Skivereins, Wien 1930, Nr. 3.

Diese Abwehr ZDARSKYS ist verständlich, denn der sog. „**Stemmbogen**“ war ja ein von der ARLBERGSCHULE **genau definierter** Bogen, der mit dem Bogen von MATHIAS ZDARSKY nicht viel zu tun hatte.

TONI SAILER vertrat zum Beispiel noch **1964** ihn in seiner neuen Skischule hinsichtlich jenes „*Stemmbogens*“, den auch er selbst lehrte, sogar die Ansicht:

„Der Stemmbogen – Der Vater aller Schwünge –

... Zu Ihrem und meinem Glück hat HANNES SCHNEIDER schon 1920 die Arlberg-Skischule gegründet und seinen Stemmbogen weltberühmt gemacht.“³

Dann erläuterte TONI SAILER im Folgenden:

„So wird er gefahren:

Sie beginnen mit der Schrägfahrt, immer nach der gleichen Regel:

Talski 2/3 belastet, Bergschulter und Bergski führen, Knie gebeugt, Körper geneigt, Kniedruck gegen den Hang, Hüftknick, Oberkörper weg vom Hang.

Schon während Sie zum Bogen ansetzen, schieben Sie die Talschulter vor und pflanzen den Skistock in Höhe der Talskispitze in den Schnee und schieben das Ende des Bergskis hangaufwärts (ausstemmen).

Ihre Ausgangsstellung ist jetzt folgende:

- *Das Gewicht lastet noch auf dem Talski, der Stock ist eingesetzt, die Talschulter vorn⁴, der Bergski ausgestemmt.*

Jetzt schicken Sie Ihr Gewicht vom Talski auf den ausgestemmtten Bergski (wie beim Schneepflugbogen) und treiben den jetzt belasteten Bergski in die Zeigerrichtung.

³ TONI SAILER: „*Neue Skischule*“, New York 1964, deutsch bei Bertelsmann, Stuttgart 1966, Seite 79.

⁴ In der Skischule von HELMUT LANTSCHNER, zu der TONI SAILER **1957** das Vorwort schrieb, wird ebenfalls vor dem Bogenwechsel die **Tal-Schulter** einleitend **vorgedreht** (bzw. die Berg-Schulter wird **ausholend** zurückgedreht!).

Aber bei LANTSCHNER wird im Bogen die Berg-Schulter dynamisch **wieder vorgedreht** (bzw. die Außen-Schulter wird schiebend immer mehr vorgedreht!), um den zunehmend belasteten vorgeschobenen **Außen-Ski** zu schieben.

Bei TONI SAILER wird dagegen (vermutlich durch den Einfluss der Skiästhetik von STEFAN KRUCKENHAUSER) die vorgedrehte Tal-Schulter (in **Antizipation** ihrer kommenden Schrägfahrt-Haltung) im Bogen vorne gehalten, bzw. die **Außen-Schulter** wird (**den Körper verwindend**) noch weiter **zurückgedreht**.

Vgl. HELMUT LANTSCHNER: „*Skischule bis zur Technik der Weltmeister – ein einfacher Weg zur Vollendung im Skilauf – mit einem Vorwort von TONI SAILER*“ München 1957, Seite 28 ff.

In der Falllinie beugen Sie Knie und Oberkörper tief über den ausgestemmtten Ski und zwingen die Innenschulter während der ganzen Drehung nach vorne.

Lassen Sie am Ende des Bogens den Innenski langsam beilaufen, führen Sie ihn voraus und machen Sie ihn zum Bergski.

Haben Sie die Anweisung exakt befolgt, so sind Sie in folgender Auslaufstellung:

- *Der Talski ist 2/3 belastet,*
- *Bergschulter und Bergski vorne,*
- *kurz, Sie fahren in Grundstellung, aus der Sie schon den nächsten Stemmbogen ansetzen können.*⁵

Beim Aneinanderreihen von „Stemmbögen“ erfolgt also (wie beim Aneinanderreihen von „**Pflug-Bögen**“ (was ja auch TONI SAILER treffend anmerkte!) jeweils ein **umsteigender Belastungswechsel** vom belasteten Außen-Ski (Tal-Ski) auf den anderen ausgestemmtten Außen-Ski.

- Es wird also von einer „**Stemmlage**“ (der Fahr-Ski ist hier jeweils der ausgestemmtte und belastete Außen-Ski) in die „**Stemmlage**“ am anderen Ski gewechselt.

Es erfolgt eben ein ständiger „**Stemmlage-Wechsel**“ während der Fahrt.

Dies ist aber genau das Gegenteil der Fahrweise von MATHIAS ZDARSKY.

- ZDARSKYS sog. „**Schlangenschwung**“ ist nämlich ein ständiger rascher „**Stemmstellungs-Wechsel**“ während der Fahrt.

Bei der „**Stemmstellung**“ ist (im Unterschied zur „**Stemmlage**“) **der ausgestemmtte Ski nicht belastet!**

Das sog. „**Stemmfahren**“ von ZDARSKY war also:

- ein Fahren auf dem **belasteten Innen-Ski;**
- mit **unbelastet ausgestemmttem und nachgestelltem Außen-Ski.**

MATHIAS ZDARSKY schrieb darüber:

*„Da ich beobachtet hatte, dass aus scharfer Schrägfahrt das plötzliche Ausstemmen des Talskis immer zu einem Bogen **bergwärts** führte, dachte ich, durch das Ausstemmen des Bergskis in der Schrägfahrt immer zu einem Bogen talwärts über die Falllinie hinaus fertig zu bringen und mir so das zeitraubende Wenden zu ersparen.*

⁵ A.a.O. Seite 79/80

Die ersten zwei Bogen gelangen mir, doch die nachfolgenden zwanzig führten immer zum Sturz.

Da schnallte ich ab und ging beobachtend zu Fuß meinen missglückten Bogen nach.

Da war die Ursache der Stürze offenbar.

Bei allen zwanzig Stürzen war die ‚Unfallstelle‘ sehr regelmäßig knapp nach dem Umfahren der Falllinie und bei allen Sturzbogen war der Ski des bogeninneren Beines nach außen gekantet.

Bei den beiden gelungenen oberen Bogen hingegen war die Spur des bogeninneren Ski vollkommen flach.

Das einleuchtende Ergebnis war die Regel:

Brettel flach!

Ein gelungener Bogen nach dem anderen bestätigte sofort die Richtigkeit.“⁶

MATHIAS ZDARSKY hatte bei seinen Versuchen also **zwei Bögen** entdeckt:

- Den Bogen bergwärts durch Ausstemmen des unbelasteten Tal-Skis **talwärts**;
- und den Bogen talwärts durch Ausstemmen des unbelasteten Berg-Skis **bergwärts**;

In einem Artikel *„Nochmals die Verwendung der Skier in den verschiedenen Staaten. Ein Beitrag zur Tatsächlichkeit von MATHIAS ZDARSKY.“⁷*

schrieb MATHIAS ZDARSKY **bereits 1910**:

„Es existiert in keiner Sprache der Welt irgend eine skitechnische Aufzeichnung, in der vor dem Erscheinen meines Skibuches (Herbst 1896) die Stemmstellung, das Stemmfahren, das Stembogenfahren, das Querfahren dem Namen oder dem Wesen nach erwähnt worden wäre.“

Ähnlich schrieb MATHIAS ZDARSKY **ebenfalls im Jahre 1910** im *„Schnee“*,

⁶ In: *„Zdarsky – Festschrift zum 80. Geburtstag des Begründers der alpinen Skifahrweise – 25. Februar 1936“*, bearbeitet von ERWIN MEHL, Wien-Leipzig 1936, S. 20. Dieses Zitat wiederholt, ebenfalls ohne Quellenangabe, ERICH BAZALKA in seiner *„Skigeschichte Niederösterreichs“*, verfasst im Auftrag des *Landesskiverbandes Niederösterreich*, Waidhofen/Ybbs 1977, (zum Downloaden aus dem Internet auf www.mathias-zdarsky.de) auf Seite 22.

⁷ In der *„Vedette“* der *„Militärische Presse samt Vedette“*, Wien, vom 30. April 1910, zitiert in ERNST STEINBRÜCHEL: *„Bilgeri contra Lilienfeld - (BILGERI-ZDARSKY)“*. Abgedruckt auch in: WILLY FLEISCHMANN und ERNST STEINBRÜCHEL: *„Lilienfelder oder Norweger Skilauftechnik – Zur Aufklärung in einem alten Sportstreit – Ein historischer Rückblick aus Aktenstücken“*, München 1910. Zum Downloaden aus dem Internet auf www.mathias-zdarsky.de im *„Zdarsky-Archiv“* unter den *„Downloads“*.

dem Organ des ALPENSKIVEREINS WIEN - V. Jahrg. Nr. 31:

"Alpine Skilauftechnik - Erwiderung auf die Angriffe im "Salzburger Volksblatt" und in der "Vedette". Von MATHIAS ZDARSKY":

Der Tourenlauf im alpinen Gelände, wohl zu unterscheiden vom Tourenlauf in den Alpen, denn dieser letztere kann auch auf ebenen, spaltenlosen Gletschern und auf sanften hindernislosen Hängen geübt werden, ist unmöglich, sofern er den Schneereifengänger überlegen sein soll, sobald der Fahrer über Stemmfahren, Stemmbogenfahren und Querfahren nicht verfügt.

Diese drei Fahrarten mit noch sehr vielen kleineren, der norwegischen Technik nicht eigentümlichen Vorteilen sind von mir erdacht und veröffentlicht worden.

Jede Behauptung, daß diese Fahrarten schon vor mir bekannt waren, erkläre ich als eine Lüge.

In keiner Literatur der ganzen Welt finden sich vor dem Erscheinen meines Skibuches (Herbst 1896) diese Fahrarten beschrieben oder nur wörtlich angeführt, denn ich mußte mir für diese neuen Sachbegriffe erst die passenden Worte selber prägen.

Es ist also mein ureigenes Werk, sowohl in geistiger als auch in technischer Hinsicht, und dieses mein Eigentum lasse ich mir von niemandem entreißen."⁸

MATHIAS ZDARSKY unterschied bereits in seiner **1896** erschienenen „Lilienfelder Skilauf-Technik“ zwischen:

- einem „gewöhnlichen Bogenschwung“, d.h. einem „**gewöhnlichem Bogenfahren**“, bei welchem man bei **paralleler** Skiführung beide Skienden hinten ruckartig seitlich dreht;
- und dem Bogenfahren in „Stemmstellung“, also dem „**Stemmbogenfahren**“, d.h. dem „stemmenden Bogenfahren“, womit er das „**Bogenfahren in Stemmstellung**“ bezeichnete.

Zum „gewöhnlichen Bogenfahren“ schrieb er:

„Diese Art des Bogenfahrens, also der gewöhnliche Bogenschwung, genügt aber nicht, wenn einer oder mehrere große, scharfe Bögen, Halbbögen, gefahren werden sollen“⁹

Diesen „Halbbogen“ nannte ZDARSKY dann „*Kreisschwung*“ und führte aus:

⁸ Zit. a. a. O.

⁹ Mathias Zdarsky: „Lilienfelder Skilauf-Technik“ – Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen“, Hamburg 1897, S. 42.

„Dieser Halbkreisschwung oder Kreisschwung schlechtweg wird genau so ausgeführt, als ob man die Stellung zum Stemmfahren einnehmen wollte.

Der Unterschied besteht nur darin, dass wir nicht gegen den Berg, sondern nach dem Berg fahren.“¹⁰

Wir stemmen also den **unbelasteten Berg-Ski bergwärts aus** und driften mit dem **belasteten Tal-Ski** vorne talwärts.

Durch das wechselnde Fortsetzen dieses **„Stemmbogenfahrens“** (des *stemmenden Bogenfahrens mit belastetem Innen-Ski!*) entsteht dann der **„Schlangenschwung“** von MATHIAS ZDARSKY:

„Die Technik des Schlangenschwunges unterscheidet sich von der des Kreisschwunges nur durch die wechselnde Fortsetzung.“¹¹

Beim Aneinanderreihen des **„Stemmbogenfahrens“** (des *Stemmbogenfahrens*) machte ZDARSKY bei seinen Schülern die Beobachtung, dass das **„Stemmfahren“** (Ausstemmen des unbelasteten Tal-Skis) keine Probleme macht, dafür aber das **„Stemmbogenfahren“**, d.h. das Ausstemmen des unbelasteten Berg-Skis, was **am Tal-Ski** zum Bogen talwärts führte, schon schwieriger ist.

Dieses erforderte nämlich ein vor-talwärts Neigen des Körpers **über den belasteten Tal-Ski hinüber.**

Dieses talwärts Neigen führt nämlich dazu, dass der belastete Tal-Ski **flach gestellt** wird und dann vorerst (vor dem Umkanten) auf der **Kante der Großen Zehe vorne** talwärts driftet.

ZDARSKY schrieb bereits **1896**:

„Besonders das Übertragen des Körpergewichts, wie es beim Kreisschwungwechsel erforderlich ist, von dem bergaufwärts stehenden gebeugten Bein auf das bergabwärts gestellte Stemmbein, wobei das Stemmbein zum Standbein, das frühere Standbein durch Strecken zum Stemmbein wird, macht Anfän-

¹⁰ a. a. O. Seite 43.

¹¹ a.a.O. Seite 43.

gern viele Schwierigkeiten, weil sie sich nicht getrauen, genügend bergabwärts sich vorzubeugen."¹²

Um diese Schwierigkeit seiner Anfänger zu entschärfen, zerlegte ZDARSKY seinen „*Kreisschwung*“ methodisch in zwei Phasen:

- Vorerst wird im normalen „*Stemmfahren*“ (Tal-Ski ist unbelastet ausgestemmt) der Bogenwechsel durch ein Aufrichten am belasteten Berg-Ski **eingeleitet**. Der Körper neigt sich dabei talwärts nach vorne, wodurch der belastete Berg-Ski (der Innen-Ski) flach gestellt wird und vorne **auf der Kante der Kleinen Zehe** zur Falllinie hin talwärts driftet.
- Ist dies eingeleitet, dann erfolgt **im** (am Berg-Ski bereits gewechselten) Bogen ein **Umsteigen** auf den **Tal-Ski**, welcher dann im „*Stemmbogenfahren*“ (mit ausgestemmtem unbelasteten Berg-Ski) **auf der Kante seiner Großen Zehe** (in „*Stemmstellung*“ belastet) vorne talwärts driftet.

Auf diese Weise hat MATHIAS ZDARSKY seine Anfänger zum „*Kreisschwung*“ hingeführt, dessen zügiges Aneinanderreihen (als rascher „*Stemmstellungswechsel*“ während der Fahrt) zum „*Schlängenschwung*“ führt.

MATHIAS ZDARSKYS Fahrweise in einer Zusammenschau:

Gehen wir von der „*Schrägfahrt*“ aus:

- Skier parallel;
- Tal-Ski belastet;
- beide Skier kanten auf ihren Berg-Kanten.

Als erstes wird nun vom gekanteten Tal-Ski auf den **parallelen** ebenfalls **auf seiner Berg-Kante (auf der Kante der Kleinen Zehe!) gekanteten Berg-Ski** umgelastet:

- Der nun belastete Berg-Ski fährt nun (wegen seiner Taillierung) auf seiner Berg-Kante einen **Bogen zum Berg**;

¹² MATHIAS ZDARSKY: „*Lilienfelder Skilauf-Technik. Eine Anleitung für Jedermann, den Ski in kurzer Zeit vollkommen zu beherrschen*“, Hamburg 1897, Seite 45.

- Gleichzeitig wird der unbelastete Tal-Ski ausgestemmt.

Im „**Stemmfahren**“ ist nun der Berg-Ski der belastete Fahr-Ski, der unbelastete Tal-Ski ist talseitig ausgewinkelt.

Im "**Stemmfahren**" ist daher:

- **nicht** ein **ausgestemmter** Berg-Ski der Fahr-Ski,
- sondern der Berg-Ski ist als Fahr-Ski **nicht** ausgestemmt!

Nach dem talseitigen Auswinkeln des unbelasteten Tal-Skis (talseitiges Stemmen) richtet man sich dann über dem Fahr-Ski (**Berg-Ski**) auf. Dieser (nicht ausgestemmte) Berg-Ski (**Innen-Ski!**) wird dadurch flach gestellt und driftet nun **auf seiner Berg-Kante** (auf der Kante der Kleinen Zehe!) vorne talwärts.

Das Gewicht **bleibt dabei** auf dem Berg-Ski, der nun im Driften einen Bogen talwärts vom Hang weg fährt und dadurch nun zum **Außen-Ski** des neuen Bogen wird.

Also:

- kein **umsteigender** Bogenwechsel, sondern ein **Einbeinschwung** am Berg-Ski (am Innen-Ski).

Vor der Falllinie wird nun auf den **ausgestemmten unbelasteten Tal-Ski** umgestiegen. Dann wird dieser voll belastete „**Außen-Ski** des alten Bogens“ (der nun „Innen-Ski des neuen Bogens“ wird!) ebenfalls flach gestellt und driftet ebenfalls vorne **auf seiner Berg-Kante** (auf der Kante der Großen Zehe) **talwärts**.

Also:

- ein weiterer aber **gleichsinniger** Bogenwechsel, diesmal aber als **Einbeinschwung am „Außen-Ski des alten Bogens“** (am Tal-Ski).

Der unbelastete Außen-Ski (des neuen Bogens) wird nun zum „**Stemmfahren**“ (auf dem belasteten neuen Innen-Ski) **bergseitig** ausgestemmt, aber **nicht** belastet.

Man beendet daher diesen **zwei-phasigen** Bogen-Wechsel (**Schwung**) in der gegensinnigen *"Stemmstellung"* (im Vergleich zu jener, von der man durch Aufrichten am Berg-Ski [am belasteten Fahr-Ski, am Innen-Ski] den Bogenwechsel eingeleitet hat).

Wenn dies schneller geschieht, bzw. als Aneinanderreihen von Bögen (im **"Schlangenschwung"**), dann fällt das **vorbereitende Umsteigen** von der *"Schrägfahrt"* in das *"Stemmfahren"* weg, da man ja am Bogen-Ende ohnehin schon im *"Stemmfahren"* ist.

Der Berg-Ski (der Innen-Ski) ist hier bereits der belastete Fahr-Ski und der Tal-Ski (der Außen-Ski) ist unbelastet ausgestemmt.

Also:

- nun erneut Aufrichten am Berg-Ski (am **Innen-Ski**);
- **kurz** am Berg-Ski auf seiner **Berg-Kante** vorne talwärts driften;
- und **möglichst schnell** auf den **Tal-Ski** (auf den Außen-Ski) umsteigen;
- dieser wird dann belastet und flach gestellt;
- dadurch driftet der Tal-Ski **auf seiner Berg-Kante** (auf der Kante der Großen Zehe, wie beim sog. **"Reuelschwung"**) vorne talwärts;
- und kantet dann um.

MATHIAS ZDARSKY schrieb auch, dass, wenn sich der Bogen einspielt, **die Skier am Bogen-Ende parallel zusammenlaufen**, so dass man dann zum **"Schrägfahren"** leicht umsteigen, also den (nun nicht mehr ausgestemmt!) **Tal-Ski belasten** kann.

In dieser Position kann man dann:

- **beide Skier flach stellen**;
- und auf der **Großzehen-Kante des Tal-Skis** (des Außen-Skis) zum Bogenwechsel vorne talwärts driften;
- um möglichst **bald umzukanten**.

Im Bogenwechsel (im *"Schwung"*) wird der nun belastete Tal-Ski (der **Außen-Ski**) zum **"Innenski des neuen Bogens"**.

Die den *"Schlangenschwung"* **einleitende** *"Stemmstellung"* mit deutlichem **bergseitigem** Ausstemmen des Innen-Skis (des Berg-Skis) am Bogen-Ende (zum **"Stemm-Bogenfahren"** im anschließenden Bogen) wird immer entbehrlicher, da man am Bogen-Ende die Skier ja **parallel** und zum **„Schrägfahren“ mit belastetem Berg-Ski** (Innen-Ski) zusammenlaufen läßt.

Man steigt also:

- in paralleler Ski-Führung;
- nach dem Flachstellen **beider** Skier;
- möglichst schnell auf den **Tal-Ski** (Außen-Ski) um;
- und realisiert von diesem weg dann einen **Einbeinschwung** am parallel laufenden Tal-Ski (am Außen-Ski),
- der dadurch zum belastet bleibenden **„Innen-Ski des folgenden Bogens“** wird.

Also:

- Im späteren **methodischen Anfängerlehrweg** von MATHIAS ZDARSKY erfolgt beim **zwei-phasigen "Kreisschwung"** **vorerst** ein streckendes Aufrichten am belasteten Berg-Bein (am belasteten Berg-Ski, am Innen-Ski);
- dagegen erfolgt beim **"Schlangenschwung"** von MATHIAS ZDARSKY aus dem Jahre **1896** am Bogen-Ende (bei **fast paralleler** Skiführung) ein Ausstemmen des unbelasteten Berg-Skis **bergwärts** und ein streckendes Aufrichten am belasteten Tal-Bein (am Tal-Ski).

Das **Ausstemmen bergwärts** hatte bei MATHIAS ZDARSKY im **ungespurten Schnee** noch eine **Funktion**.

Heute auf den präparierten Pisten wird das Berg-Bein (Außen-Ski-Bein) bloß **um der Balance Willen** (ähnlich wie beim **"Reuel-Schwung"**) vorerst bergseitig (was dann im neuen Bogen bogenaußen wird) vom Körper weggestreckt, bzw. es wird wegen des Balancierens dort gehalten.

Es kommt eben darauf an:

- ob es sich im **zwei-phasigen** Bogenwechsel (des **späteren** methodischen „Anfängerlehrweges zum **Kreisschwung"**) um den ersten **Einbeinschwung**;

- oder ob es sich um den "**Schlangenschwung**" als bereits **1896** vorgegebenes **Ziel** handelt.

Diese Differenz hat vermutlich auch **HANS ZEHETMAYER** zu der Ansicht geführt, dass **MATHIAS ZDARSKY** später seine Meinung geändert¹³ und seinen Gegnern angeglichen habe.

Diese Sichtweise **ist auch verständlich**, denn sie **entdeckt**, dass in der ersten Phase des zweiphasigen "**Kreisschwunges**" **nach dem Bogenwechsel am Berg-Bein** ein Bogen in "**Stemmlage**", also mit belastetem und **hinten nach bogenaußen** rutschenden **Fahrski** zu beobachten ist.

MATHIAS ZDRASKY hat auch geraten, bei ungünstigen Schneeverhältnissen in dieser "**Stemmlage**" länger zu verweilen und dann erst am Bogen-Ende die Skier parallel zum **Schrägfahren** zusammenlaufen zu lassen.

MATHIAS ZDARSKY hat seine Fahrweise exakt beschrieben und für die in seinem Lehrweg wichtigen Phasen auch eine eindeutige Terminologie geschaffen.

Es ist also nicht schwierig, nach seinen eindeutigen Anweisungen all das, was er beschrieben hat, selbst im Gelände auszuprobieren.

Dabei entdecken sich dann auch Phasen der „*Fahrweise von ZDARSKY*“, denen **ZDARSKY keinen Namen gegeben hat**, z. B. die **unterschiedlichen „Schrägfahrten“**.

So, wie er ein „**einfaches Bogenfahren**“ von einem „**stemmenden Bogenfahren**“ (dem „**Stemmbogenfahren**“) unterschied, so lassen sich auch **zwei Formen** des „**Schrägfahrens**“ unterscheiden, die **zu benennen** das Erklären der Fahrweise von **MATHIAS ZDARSKY enorm erleichtert**.

So lässt sich terminologisch festhalten:

¹³ Vgl. HORST TIWALD: „*Hat MATHIAS ZDARSKY seine Skifahr-Technik geändert und der seiner Gegner angeglichen?*“, zum Downloaden aus dem Internet www.mathias-zdarsky.de im „*Zdarsky-Archiv*“ unter den „*Downloads*“.

- einerseits das „**Stemmfahren**“ auf dem belasteten Berg-Ski mit unbelastetem Ausstemmen talwärts, was **am Berg-Ski** zu einem **Bogen bergwärts** führt;
- andererseits das „**Stemmbogenfahren**“ auf dem belasteten Tal-Ski mit unbelastet ausgestemmtem Berg-Ski, welches zu einem **Bogen talwärts am Tal-Ski** führt;

Es ließe sich dann aber auch:

- einerseits das „**normale Schrägfahren**“ mit parallelen Skiern und **belastetem Tal-Ski** entdecken, von dem aus im methodischen Lehrweg des „*Kreisschwunges*“ zum „*Stemmfahren*“ am Berg-Ski zum Bogen bergwärts umgestiegen wird;
- andererseits das „**Schrägfahren am Berg-Ski**“ mit parallelen Skiern, aber mit **belastetem Berg-Ski**, welches sich am Bogen-Ende des „*Stemmbogenfahrens*“ ergibt, wenn die Skier wieder parallel zusammenlaufen.

Der Unterschied zwischen dem methodischen Lehrweg des „*Kreisschwunges*“ und dem „*Schlangenschwung*“ würde sich in dieser Terminologie dann deutlicher darstellen:

- geht es beim methodischen Lehrweg des „*Kreisschwunges*“ beim **Vorbereiten** des Bogenwechsels vorerst darum, im „*normale Schrägfahren*“ (im Fahren auf dem Tal-Ski) zum „*Stemmfahren*“ auf den Berg-Ski umzusteigen;
- so geht es beim „*Schlangenschwung*“ darum, am Bogen-Ende, wenn **im „Stemmbogenfahren“** die Skier wieder parallel zum „**Schrägfahren am Berg-Ski**“ zusammenlaufen, (zum **Einleiten** des Bogen-Wechsels) auf den talseitigen Außen-Ski zum „**Stemmbogenfahren**“ talwärts umzusteigen.

Und wie kommt man nun zum modernen „Carven“?

Wenn man den „*Schlangenschwung*“ von **1896** betrachtet und ihn **auch selbst realisiert**, dann kann man erleben, wie im **zügigen** Fahren gleichsam von selbst (von der Piste belehrt!) am jeweiligen Bogen-Ende (als Vorbereitung für das kommende bergseitige Ausstemmen) die Skier **parallel** zu einem „*Schrägfahren mit belastetem Berg-Ski*“ (Innen-Ski) zusammenlaufen:

- und wie man dann von diesem **bergseitigen Innen-Ski** auf den **parallelen talseitigen Außenski umlastet**;
- um (nach kurzem **kaum merkbaren** Flachstellen der Skier und **kaum merkbaren Driften vorne talwärts**) mehr oder weniger **sofort umzukanten**;
- und wie man dann mit dem weiterhin belasteten Ski (der nun zum **Innen-Ski** geworden ist) **schneidend** weiterkurvt.

In diesem zügigen Fahren wird dann auch der „*Schlangenschwung*“ (wenn man ihn unter Vernachlässigung der kurzen Phase des **vorne** Driftens grob betrachtet) zur „**einfachsten Form des Schwingens**“.

MATHIAS ZDARSKY schrieb ja bereits im Jahre **1907** in seinen "*Methodischen Skilaufübungen*"¹⁴:

"Jede Abweichung von der geraden Bahn wird 'Bogen' genannt, daher die vielen Streitfragen über das Bogenfahren.

Die einfachste Art des Bogenfahrens entsteht, wenn wir, seitwärts neigend, die Skier im gleichen Sinne kanten."

Es bedarf im „*Schlangenschwung*“ also gar nicht mehr des „**einfachen Bogenschwunges**“, bei welchem die Skier **hinten** seitwärts gedrückt werden.

Bei zügiger Fahrt genügt das **mutige** Umlasten auf den Tal-Ski (d.h. auf den kommenden Innen-Ski) durch vorwärts-talwärts Neigen, um dann **sofort umzukanten** und den Bogen mit **vorwiegender** Belastung des Innen-Skis zuende zu „**carven**“.

Eine stärkere **Taillierung** der Skier und **kürzere** Skier vereinfachen für den **Anfänger** auch das Problem des **deutlichen** Kippens, d.h. es ist dann weniger Mut erforderlich, weil man nun seinen Schwerpunkt nur mehr **ein wenig** nach vorne-talwärts über den Tal-Ski (über den Außen-Ski) zu neigen braucht. Den Rest besorgt der kurze stark taillierte Ski.

¹⁴ in: ALPEN-SKIVEREIN (Hrsg): "*Skiport - Gesammelte Aufsätze von Mathias Zdarsky*", Wien 1915 und in: "*Der Schnee*", Wien 1907.

Dies vor allem dann, wenn man als Anfänger die Schwünge nicht ausfährt und dadurch keine **Halbkreis-Bögen**, sondern bloß **wenig gekrümmte Spuren** zieht.

Der kurze stark taillierte Ski umgeht daher das Driften **vorne-bogeneinwärts**, greift aber oft, wenn es schwieriger wird, schnell zum **pflugartigen** Bewältigen des Problems durch betontes Belasten des Außenskis und durch ständiges Umlasten von „**Stemmlage**“ zu „**Stemmlage**“ mit Driften **hinten-bogenauswärts**.

Womit dann das „**Carven**“ im Notfall seine Zuflucht im „**Stemmbogen**“ der ARLBERGSCHULE sucht.

So wird dann:

- der „**Stemmbogen**“ als „**Vater aller Schwünge**“, wie TONI SAILER anmerkte,
- auch zum „**Vater des skischulmäßigen Carvens**“,
- das sich von der Technik des Ski-Rennlaufs, trotz des Gebrauchs eines ähnlichen Ski-Materials, doch radikal unterscheidet.

