

P R O J E K T A R B E I T

"SKIKEN SIE SCHON?"

Die Markteinführung eines neuen Sportgerätes



Verfasser:

NORDIC-AUSTRIA.AT

Berger Manfred

A-9962 St.Veit; Gritzen 32

info@nordic-austria.at

www.nordic-austria.at

Salzburg, November 2006

NORDIC-AUSTRIA.AT

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung		
1.1	Warum Bewegung?	Seite	3
1.2	Wieviel Bewegung braucht der Mensch?	Seite	3
1.3	Bewegungsmangel	Seite	4
1.4	Fazit	Seite	4
2	Skiken		
2.1.	Anwendergruppen	Seite	4
2.2.	Gesundheitsaspekte	Seite	5
2.3.	Vorteile	Seite	6
2.4.	Philosophie	Seite	7
3	Skike – Sportgerät		
3.1.	Aufbau	Seite	8
3.2.	Weitere Ausrüstung	Seite	10
3.2.1	Stöcke	Seite	10
3.2.2	Schuhe	Seite	10
3.2.3	Bekleidung	Seite	10
3.2.4	Helm	Seite	10
3.2.5	Sonnenbrille	Seite	11
3.2.6	Utensilien	Seite	11
4	Vermarktung		
4.1.	Skike-Trainer und Kooperationspartner	Seite	11
4.2	Tourismus	Seite	12
4.3	Organisationen	Seite	12
4.4	Fachhandel	Seite	12
4.5	Gesundheit	Seite	12
4.6	Pressearbeit	Seite	13
4.7	Promi – Kooperation	Seite	13
4.8	Internet	Seite	13
4.9	Testpoints	Seite	14
4.10	Kurse und Treffs	Seite	14
5	Resümee	Seite	14
6	Anhang	Seite	15

1. Einleitung:

1.1 Warum Bewegung?:

Bewegung ist das Grundprinzip des Lebens – Das ganze Leben ist auf Bewegung aufgebaut – Alles im Körper ist für Bewegung konzipiert.

Die richtige und gesunde Bewegung stellt ein Grundprinzip des Lebens dar, zur Steigerung der Leistungsfähigkeit und des persönlichen Wohlbefindens. Bewegung als dynamischer Aspekt spiegelt sich in unserem ganzen Leben wider, selbst unser Körper ist für Bewegung ausgerichtet.

Wofür sorgt Bewegung – in jedem Alter?

- für ein leistungsfähiges Herz,
- funktionierende Gefäße,
- Selbstbewusstsein
- Starke Knochen
- Gelenksschmierung
- Strafft die Figur
- Fördert unsere Gehirnaktivität

1.2 Wieviel Bewegung braucht der Mensch?

Noch vor 70 Jahren hatte der Europäer 8 – 10 Stunden Bewegung pro Tag. Dafür ist der Mensch generell ausgerichtet. Studien der Deutschen Sporthochschule in Köln zeigen, dass im Jahr 2003 die durchschnittliche Bewegungszeit bei 25 Minuten pro Tag lag. Dies entspricht einer Gehstrecke von 250 Metern. DAS IST ZU WENIG!

Der Mensch ist biologisch betrachtet - immer noch Jäger und Sammler!
„Für das Leben, das wir angesichts Motorisierung (Ersatz für Muskelkraft) führen können, sind wir biologisch nicht ausgerüstet“ (Israel 1995, Frey/Hillebrandt 1994). Folgen: erhöhte Krankheitsrisiken.

Unsere Muskeln, Gelenke, Hormone, Stoffwechsel brauchen Bewegung, um zu funktionieren.

1.3 Bewegungsmangel:

Ein Bewegungsmangel umschreibt den Zustand geringer körperlicher Aktivität. Ein Bewegungsmangel stellt einen Risikofaktor für zahlreiche Herz- Kreislauf- und Stoffwechselerkrankungen sowie Störungen des Bewegungsapparates dar.

Der Langzeittrend „Gesund und Lebensqualität“ in unserer Gesellschaft richtet sich mehr und mehr auf sanfte, wirksame Trainings- und Bewegungsformen.

Nachstehend einige bedenkliche Ausgangswerte:

- 80% aller Mitteleuropäer bewegen sich weniger als 1000 Meter pro Tag
- 75% der Mitteleuropäer leiden mindestens 1 x in ihrem Leben an Rücken- und Gelenksbeschwerden
- 20% der Frühberentung erfolgt aufgrund von Rücken- oder Gelenksbeschwerden
- 2002 gab es allein in der deutschen Industrie 7 Mio. Krankheitstage aufgrund von Rücken- und Gelenksbeschwerden
- 56% der Deutschen sind adipös bei rapidem Anstieg des Diabetiker Typ II

(Quelle: Fraunhofer Institut, Studie Globus 91, Bundesanst. für Arbeitsmedizin)

1.4 Fazit:

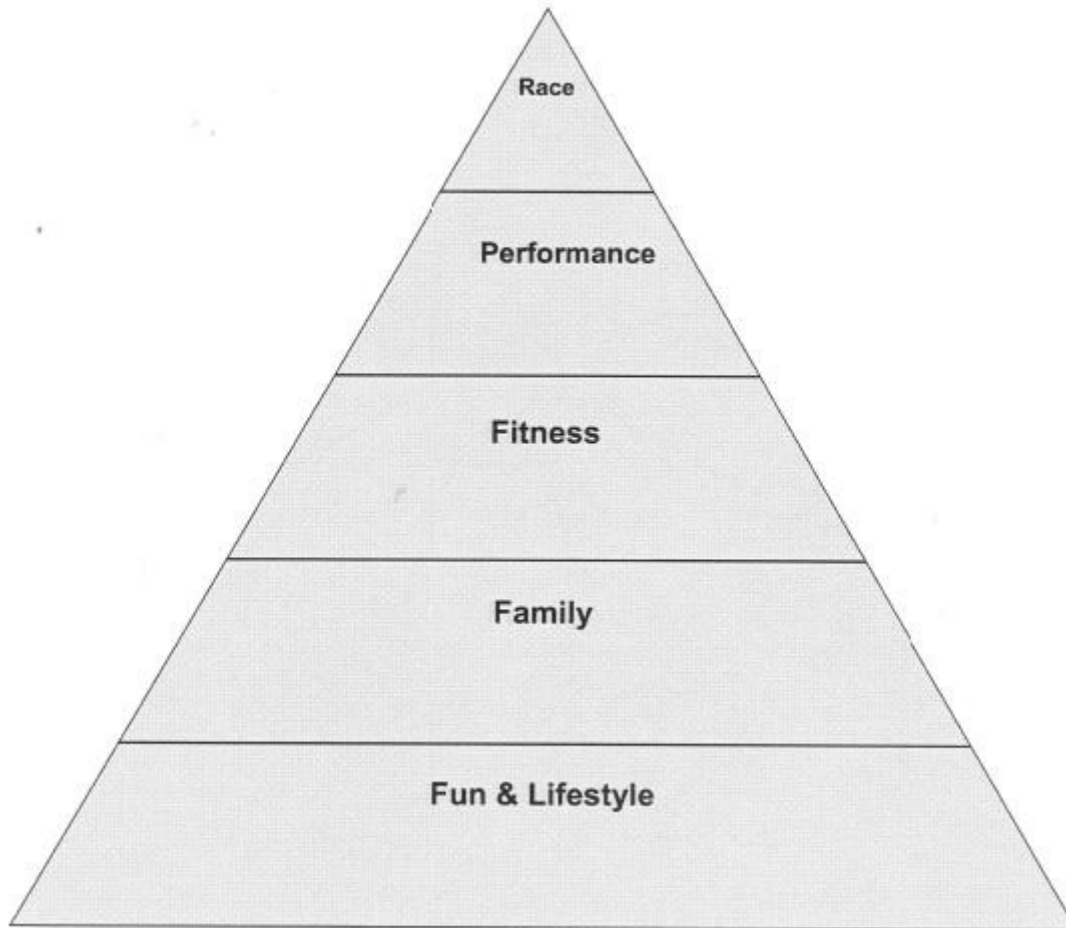
Skiken ist das Ganzkörper-Bewegungskonzept, welches exakt diese Anforderungen erfüllt.

Skiken, das Bewegungs-Konzept der Gesundheitsförderung mit Stöcken in der freien Natur bietet vielfältige Möglichkeiten, diesen Bewegungsmangel sanft und wirksam auszugleichen.

Auch von meiner Seite kann ich nur die allerbesten Erfahrungswerte durch das Skiken bestätigen - bin ich doch im Langlaufsport seit 30 Jahren mit dem Spitzensport sowie mit dem Veranstaltungswesen eng involviert.

2. SKIKEN

2.1 Anwendergruppen:



(Quelle: Health-Sport Consulting Raubling)

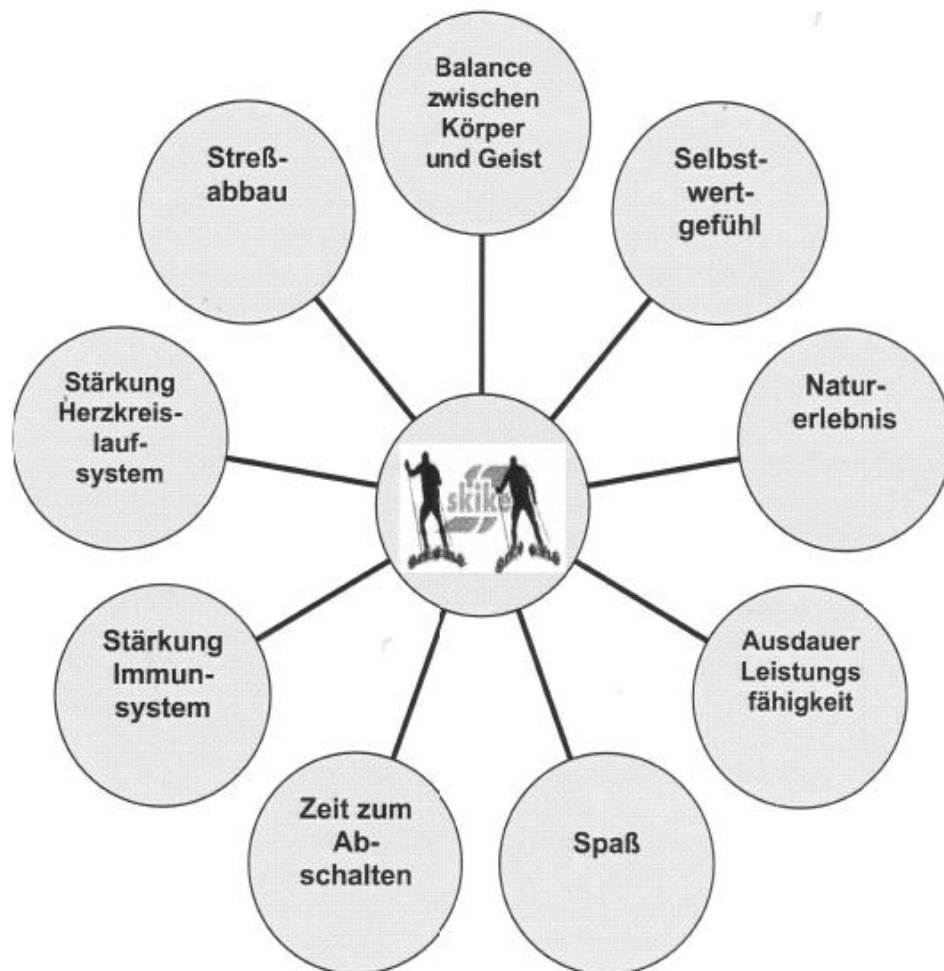
2.2 Gesundheitsaspekte:

Skiken ähnelt im Bewegungsablauf sehr stark dem Schi-Langlauf, der ja im Winter zu den gesündesten Sportarten schlechthin zählt. So erhält man außerhalb der Schnee-Zeiten eine ideale Trainingsmöglichkeit für alle nordischen Sportler. Es ist weiterhin eine ideale Vorbereitung für verwandte Sportarten (Triathlon, Nordic-Walking, Schilauf,).

Skiken ist generell für alle geeignet, unabhängig ob jung oder alt, Mann oder Frau, klein oder groß, dick oder dünn, sportlich oder unsportlich, arm oder reich.

Skiken trainiert Füße, Waden, Oberschenkel, Gesäß, Bauch- und Rückenmuskulatur, das Herz-, Kreislauf- und Gleichgewichtssystem. Durch die rhythmische und sanfte Bewegung werden die Gelenke geschont. Skiken ist auch bei Knie- und Hüftgelenksproblemen, bei Übergewicht und Kreislaufproblemen als Linderungsmaßnahme geeignet. Durch regelmäßiges Skiken wird weiters die Rückenmuskulatur als Stützgewebe für die Wirbelsäule aufgebaut. Damit werden Rückenschmerzen und Bandscheibenvorfälle vorgebeugt, gelindert und sogar geheilt. Nebenbei wird auch die Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur gestärkt und stabilisiert.

2.3 Vorteile:



(Quelle: Health-Sport Consulting Raubling)

Somit können zusammenfassend folgende Gesundheitsaspekte durch das regelmäßige Skiken erzielt werden:

- Skiken steigert durch aktiven Einsatz der Atemhilfsmuskulatur die Sauerstoffversorgung des gesamten Organismus.
- Skiken hat wegen der hohen Muskelbeteiligung (90%, also ca. 600 Muskeln) einen enorm hohen Energieverbrauch.
- Skiken vermindert durch den aktiven Stockeinsatz die Belastung auf den passiven Bewegungsapparat.
- Skiken trainiert alle 5 motorischen Hauptbeanspruchungsformen: Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Schnelligkeit
- Skiken löst Verspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- Skiken verzögert den Alterungsprozess
- Skiken fördert den Abbau von Stresshormonen
- Skiken ökonomisiert die Herzarbeit
- Skiken stärkt das Immunsystem

2.4 Philosophie:

Skiken sollte ein Weg zu mehr Erholung und Spaß sein

Skiken sollte einen Ausgleich für Körper und Seele erzeugen

Skiken sollte ein besseres Körpergefühl entwickeln

3. Skike – Sportgerät:



Bild (Skike), Modell Active

3.1 Aufbau:

Der Name **skike** setzt sich zusammen aus dem Wort „**skate**“ in Anlehnung an die Skilanglauftechnik und dem Wort „**bike**“, stellvertretend für die sensationelle Bremstechnik und die Luftreifen.

Das Sportgerät ist ein aus Aluminium gefertigter Rollski mit großen geländegängigen luftgefüllten Rädern, die vorne und hinten – je nach Schuhgröße – verschiebbar angebracht sind.

Bei der mittlerweile schon 7. verbesserten Auflage wurde speziell auf ein geringes Gewicht großer Wert gelegt, wiegt ein Skike nunmehr nur mehr 1,9 kg.

Durch ein flexibles Bindungssystem mit Klettschalen und Klettbindern wird es ermöglicht, auf fast jedes Schuhwerk dieses Gerät anzuschallen. Durch diese Einfachheit wird der Einstieg in diese Sportart sehr erleichtert. Weiters kann die optimale Fußstellung (ob O- oder X-Beine) sehr genau durch ein patentiertes System justiert werden.

Besondere Bedeutung hat der österreichische Erfinder Otto Eder in das Bremssystem gelegt. Durch mehrere „überlebte“ Testabfahrten vom Großglockner musste das Prinzip der Bremse mehrmals neu entwickelt werden und trägt durch die beinahe Verschleißfreiheit ein internationales Patent. Die Bremswirkung kann von jeder Laufposition aus durch den Läufer aktiviert und dosiert werden. Man unterscheidet die einbeinige oder

doppelbeinige Bremse. Bei der Einbeinigen wird durch das Verschieben eines Beines die Bremswirkung am hinteren Rad erzeugt. Bei der doppelbeinigen Bremse wird durch eine Rücklage die Bremsverzögerung über beide hinteren Reifen erwirkt.

Der Kaufpreis konnte auf 249,- Euro gesenkt werden, das Modell Kids wird um 199,- Euro auf den Markt gebracht.

Um für alle Skiker(-innen) einen verlockenden modischen Einstieg zu gewährleisten, wurden mehrere Modelle geschaffen:



Modell Coll



Modell Gent



Modell Lady



Modell Kids

3.2 Weitere Ausrüstung:

3.2.1 Stöcke:

Die Stöcke müssen einen effektiven und sicheren Bewegungsablauf gewährleisten. Ebenso wie ein Sport-Schuh sollte ein Skike-Stock folgende Eigenschaften erfüllen: stützen, führen, dämpfen.

Die Länge der Stöcke wird vom Langlaufsport übernommen (Körpergröße x 0,9)

3.2.2 Schuhe:

Wie schon vorher erwähnt erfordert das Skike kein spezielles Schuhwerk. Hier eignet sich ein herkömmlicher Walking-, Jogging- oder Trekkingschuh. Bei nassen Verhältnissen ist ein wasserabweisendes Material von Vorteil. Der Schuh sollte einen stabilen Halt haben.

3.2.3 Bekleidung:

Die gewählte Bekleidung sollte einen großen Bewegungsspielraum ermöglichen. Sie sollte angenehm sitzen und nicht zu eng anliegen oder zu weit sein.

3.2.4 Helm:

Keine Ausfahrt ohne Helm!

Hier kommt ein üblicher Sporthelm, wie sie Radfahrer oder Mountain-Biker benutzen, zum Einsatz.

3.2.5 Sonnenbrille:

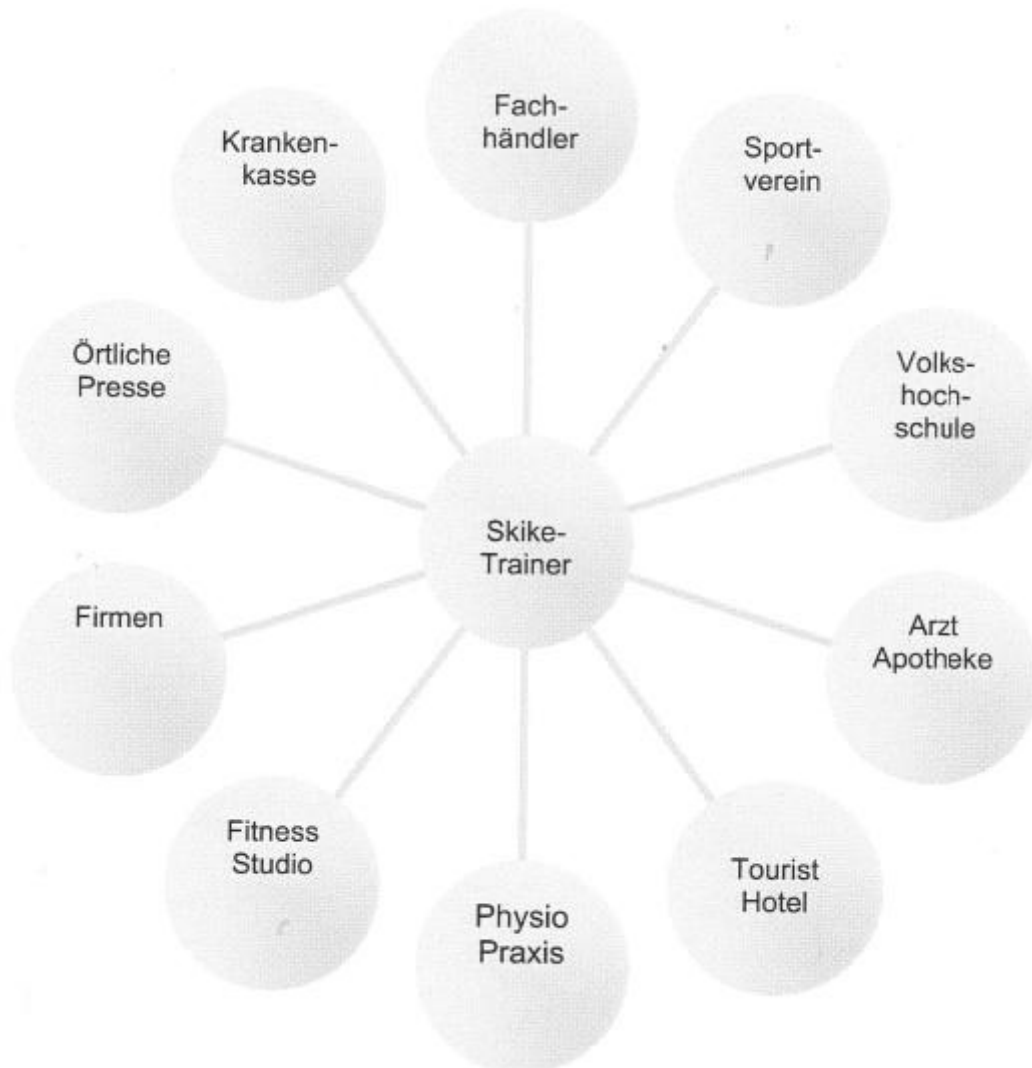
Speziell bei schönem Wetter, aber auch bei Nicht-Sonnenschein sollte unbedingt eine Brille einen Schutz für die Augen liefern. Somit werden Schmutz, Insekten und Wind von den Augen ferngehalten.

3.2.6 Utensilien:

Selbstverständlich ist das Tragen von Handschuhen und das Mitführen weiterer Utensilien (Reserverad bei Patschen, Trinksysteme, Herzfrequenzmesser usw.) von Vorteil.

4. Vermarktung:

4.1 Skike-Trainer und Kooperationspartner:



(Quelle: Health-Sport Consulting Raubling)

Dem ausgebildeten Skike-Trainer kommt in der Vermarktungsschiene eine besondere Rolle zu: Er akquiriert und betreut die Kooperationspartner und hält ständigen Kontakt.

Ähnlich wie beim Schilauf der Schilehrer für die erste Kontaktaufnahme mit den Schiern und der Piste zuständig ist, wird auch der Skike-Trainer eine ähnliche Rolle übernehmen. Die Grundvoraussetzung liegt einerseits in einer fundierten theoretischen Basisausbildung über das Gerät und die Infrastruktur, sowie andererseits das erfolgreiche Überwinden der Muthürde der ersten Schritte und folgender technischer und konditioneller Verfeinerung in der Praxis. Die Ausbildung wird mit einem Diplom abgeschlossen, sodass für alle „Schüler“ ein enorm hoher Ausbildungs-Level gesichert ist.

4.2 **Tourismus:**

Hier können für Hotels, Reiseveranstalter und Tourismusverbände Skike-Kurse angeboten werden. Nebenbei ist eine Zertifizierung von Skike-Hotels angedacht.

4.3 **Organisationen:**

Skike-Trainer bieten in den Vereinen, Fitness-Studios und in Firmen über den Betriebssport Skike-Kurse an.

4.4 **Fachhandel:**

Hier gilt es für den Sportfach- und Schuhfachhandel, sowie in Sanitätshäusern und Orthopädieläden die Skike-Bewusstseinsbildung zu erzeugen und zu verstärken.

4.5 **Gesundheit:**

Selbstverständlich sollen in das Konzept auch die Ärzte, Apotheken, Thermen, Physiopraxen und Reha-Zentren mit eingebunden werden.

4.6 Pressearbeit:

Hier wird es leicht möglich sein, über die „neue Sportart“ Aufmerksamkeit der Sportjournalisten und Sportleser zu erwecken.

Die Pressearbeit wird in vorgefertigten Texten international, national und regional erfolgen.

4.7 Promi-Kooperation:

Um diesen Sport bzw. Sportgerätes erhöhte Aufmerksamkeit in der Öffentlichkeit gedeihen zu lassen, wurde mit der deutschen Ausnahmelangläuferin Eva Sachenbacher ein Fotoshooting durchgeführt. Dies erzeugt vor allem bei nordisch interessierten Sportlern eine optimale Vorbildwirkung.



Bild: Skike

4.8 Internet:

Natürlich muss in der heutigen Zeit dieses Medium verstärkt zum Einsatz kommen.

Hier soll einerseits das Skike samt dem notwendigen Zubehör bestellbar sein und andererseits weitere wichtige Informationen wie Kurse, Skike-Hotels, Testpoints uvm aktuell abrufbar sein.

4.9 Testpoints:

Ein Testpoint ist ein Ort für interessierte Sportler unter Zuhilfenahme eines ausgebildeten „skike-Instructors“, der Testgeräte für den Verleih zur Verfügung stellt, in Verbindung mit fachkompetenten Kursen.

4.10 Kurse und Treffs:

Eine ideale Möglichkeit für skike-Trainer und Kooperationspartner ist die Ausrichtung eines Startevents in Form eines Schnupperkurses und anschließendem skike-Treff.

Weitere Kursprogramme können in Form von Einsteigerkurse, Aufbaukurse oder Spezialkurse angeboten werden.

5. Resümee:

Eine erfolgreiche Markteinführung einer neuen Sportart mit einem neuen Sportgerät scheint schwieriger und umfangreicher zu sein, als die Erfindung dieser und die Produktion des Gerätes.

Ich bin dennoch überzeugt, dass diese Maßnahmen auf Grund der sportlichen und gesundheitlichen Vorzüge voll greifen werden und diese Sportart in den nächsten Monaten einen enormen Aufschwung nehmen wird.

Somit sollte es möglich sein, unsere Erdenbewohner einerseits vermehrt zur Sportausübung zu animieren, andererseits die Auswirkungen unserer Wohlfahrtgesellschaft (Krankheiten, Fettleibigkeit, Faulheit, Stresssymptome,...) zu minimieren.

6. Anhang:

Literaturliste:

Textinformationen:

Handbuch „skike-Instructor“: Health-Sport Consulting Raubling, 2006

Lehrbuch der Sportmedizin: Badtke, Heidelberg-Leipzig, 1995

Frauenhofer Institut, Studie Globus 91, Bundesanstalt für Arbeitsmedizin

Internet:

www.nordic-austria.at

www.skiken.com

Bildinformationen:

www.skike.com

www.skiken.com