



Schlittschuhe schleifen – Warum ist das wichtig?

Das Schleifen deiner Schlittschuhe bedeutet, die Stahlkufe zu bearbeiten, um besseren Halt auf dem Eis zu bekommen. Die Schärfe bestimmt, wie leicht du beschleunigen, bremsen und Kurven fahren kannst. Frisch geschliffene Kufen bieten einfach besseren Grip, sodass du schneller fahren und dich in Kurven sicherer fühlen kannst. Der Schliff wird an das Gewicht, Alter und die Vorlieben des Spielers angepasst – ein Erwachsener benötigt keinen so tiefen Hohlschliff wie ein Kind, da das höhere Körpergewicht bereits natürlichen Druck auf das Eis ausübt.

Wie schleift man Schlittschuhe?

Schlittschuhe werden mit einer Maschine geschliffen, die den Schuh fixiert und der Kufe die richtige Form verleiht. Der Schliff sollte daher immer von einer fachkundigen Person durchgeführt werden – wie hier bei uns im Verein oder bei unserem Ausrüstungspartner Contehockey in Bern. Ein falscher Schliff kann sich negativ auf Grip und Balance auswirken, daher sollte man dies nicht selbst ohne die richtige Ausrüstung und Erfahrung machen.

Was ist ein Kufenprofil und Profiling?

Profiling beschreibt die Form der Kufe in Längsrichtung. Eine Schlittschuhkufe ist nie komplett gerade; sie wird nach einer Vorlage geschliffen, die die Länge der Kontaktfläche auf dem Eis bestimmt. Für Anfänger und Kinder reicht meist ein Standardprofil (ein Radius), da es gute Balance bietet. Erfahrene Spieler können individuelle Profile oder Kombinationen von Radien wählen, die beeinflussen, wie sich der Schlittschuh in verschiedenen Positionen und Bewegungen auf dem Eis verhält.

Was ist ein Grund- / Profiling Schliff und was ist ein Hohlradius Schliff?

Grund- / Profiling Schliff und Hohlradius-Schliff sind die grundlegenden Schleiftechniken, die der Kufe ihre Form geben – basierend auf einer Vorlage mit einem bestimmten Radius. Dadurch wird sichergestellt, dass die Kontaktfläche – also der Teil des Stahls, der das Eis berührt – sowohl bei Vorwärts- als auch Rückwärtsneigung gleichmäßig ist.

Im Eishockey spielt die Kufengeometrie eine besonders wichtige Rolle. Viele Spieler lassen ihre Kufen individuell an ihre Körperhaltung, Lauftechnik und Position anpassen, um maximale Leistung auf dem Eis zu erzielen.

Für Kinder ist ein einfaches Profil mit einem Radius am besten, um möglichst viel Balance beim Eislaufen oder im Nachwuchshockey zu bieten.



Grund- / Profiling Schliff (Auflageradius)

Beim Profiling wird die Kufe nicht über ihre gesamte Länge gleichmässig auf dem Eis aufliegen gelassen. Stattdessen erhält sie einen definierten Auflageradius.

Eine kleinere Auflagefläche (Rocker) sorgt für mehr Wendigkeit, schnellere Richtungswechsel und höhere Agilität. Eine grössere Auflagefläche bietet dagegen mehr Stabilität und Sicherheit auf dem Eis.

Für die meisten Hobbyspieler ist das werkseitige Kufenprofil völlig ausreichend. Ambitionierte und fortgeschrittene Spieler lassen ihre Kufen jedoch häufig an ihre Position und ihren Spielstil anpassen:

- Stürmer: kleinerer Auflageradius für mehr Beweglichkeit
- Verteidiger: grösserer Auflageradius für mehr Stabilität

Wann sollte man dies machen:

- Beginn der Saison
- Mitte der Saison
- Vor den Playoffs

Wer sollte dies mache:

- Es wird empfohlen, dies ab der Stufe U14 zu machen

Hohlradius-Schliff

Der klassische Hohlschliff verleiht der Kufe ihre beiden scharfen Kanten. Beim Gleiten entsteht zwischen Kufe und Eis eine hauchdünne Wasserschicht, die den Reibungswiderstand reduziert und ein effizientes Gleiten ermöglicht.

Die Wahl des Hohlradius beeinflusst dabei direkt das Fahrverhalten:

- $3/4 = 19\text{mm}$ Maximales Gleiten und weniger Grip, hohe Geschwindigkeit
- $5/8 = 16\text{mm}$ Sehr gute Gleiteigenschaften, ausgewogener Grip, gute Geschwindigkeit – wird von den meisten Spieler verwendet
- $1/2 = 13\text{mm}$ Mehr Grip und Kontrolle, weniger Gleiten – bei Torhüter häufig
- $3/8 = 10\text{mm}$ Maximaler Grip und Kontrolle - sehr scharf, bei den meisten Torhüter bevorzugt



Warum und wie oft sollte ich meine Schlittschuhe schleifen lassen?

Auch hochwertiger Stahl nutzt sich mit der Zeit ab. Durch das Fahren entstehen kleine Beschädigungen, Abrundungen und Unebenheiten an den Kanten. Die Folge: weniger Grip, schlechtere Beschleunigung und unsicheres Kurvenverhalten.

Spätestens wenn die Schlittschuhe in Kurven oder beim Antritt durchrutschen, ist ein neuer Schliff erforderlich.

Die Häufigkeit hängt davon ab, wie oft du spielst und wie wichtig dir der Grip ist. Im Nachwuchshockey je nach Stufe und Häufigkeit werden Schlittschuhe oft einmal pro Woche geschliffen, idealerweise vor einem Spiel.

Wie kann ich meine Kufen schonen?

Zusätzlich zum Schleifen solltest du immer Kufenschoner verwenden, wenn du dich nicht auf dem Eis befindest, um den Stahl nicht zu beschädigen. Um die Kufen zu schützen, solltest du in der Eishalle ausschliesslich auf Gummimatten laufen und den Kontakt mit Beton, Asphalt, Metall oder Stein vermeiden. Die Kufen sind nach jeder Eiszeit sorgfältig mit einem Tuch zu trocknen.

So bleibt die Schärfe länger erhalten und Rost wird vermieden.

Hat das Schleifen bei Kindern und Jugendlichen besondere Auswirkungen?

Ja, für Kinder und Jugendliche, die das Eislaufen lernen, sind das richtige Profil und der passende Hohlschliff entscheidend für die Balance. Ein Standardprofil mit einem Radius bietet eine breite Kontaktfläche und Stabilität, was ihnen hilft, ihre Technik zu entwickeln. Zu fortgeschrittene Profile oder ein zu flacher Schliff können es schwieriger machen, das Gleichgewicht zu halten.

Wo kannst ich meine Schlittschuhe schleifen lassen?

Du kannst deine Schlittschuhe bei uns im Verein oder bei unserem Ausrüstungspartner Contehockey in Bern schleifen lassen. Bitte beachte die jeweiligen Informationen und Angebote auf den entsprechenden Homepages.