

Sommersesongen er i gang og MU vil påny bidra til å senke skadefrekvensen.

Den øker fortsatt, spes. innenfor MX og roadracing, mens enduro og trial er stabil.

Noen av oss har vært på European safety meeting MX i Stockholm og lært mye.

NMF ønsker forskning på MX skader, og vi har derfor startet samarbeid med Senter for

Idrettsskadeforskning på Olympiatoppen. Siden de fleste skader i MX skjer rundt høye

hopp (60-75%) vil vi fokusere på disse skadene og vil få sendt ut spørreskjemaer slik at alle

slike skadde førere kan gi oss alle detaljer om sin skade, gjerne også fra trening der 90%

av disse skadene skjer. Skjemaet er på engelsk p.g.a. internasj. samarbeid (nordiske

motorsportforbund), men norsk oversettelse er laget og fyll gjerne ut på norsk.

Mange i Stockholm tok til orde for at også flaggvakter bør bruke hjelm. De fleste har vel en

sykkel- eller slalåmhjelm hjemme som kan medtas til slike oppdrag. Sikkerhet er viktig.

Ellers kan det virke som om fall ved nedslag etter hopp er det mest vanlige. Altfor ofte ender

den skadde som et slags «speilegg» i kjørebanelen og blir lett påkjørt. Tror MX må se litt på

fallteknikk i andre idrettsgrener, f.eks. judo, der motslag med underarm og flat hand tar av

mye av trykket fra tyngdekraften. Om fører da i tillegg krøller seg sammen som en gummiball

og «triller» raskt ut av kjørebanelen, kan mye være reddet. Fallskjermhoppere o.a. militære er

flinke til dette. Lander en sykkel på 100 kg + fører på en av dine kroppsdeler, kommer det til

å gjøre vondt.

Ellers oppfordres påny til oppgradering av verneutstyret. Sjekk spesielt at lengden på

ryggskjoldet er lang nok. Nakkekrage er fortsatt under diskusjon i hele Europa, hard el. myk,

vi har mest tro på den myke som er til å leve med under kjøring.

Flere har etterlyst MX på plass i oversikten hos www.skadefri.no. Motorsport er ikke med

fordi Olympiatoppen finansieres av IOC som vil ha alt på olympiske grener. Inntil videre får

MX o.a. sjekke siden om sykkelskader som ikke er langt unna våre skader. Studer PRICE m.m.