

WIENER ZEITUNG



seit 1703

TELEFON

R. 167 [HTTP://WWW.WIENERZEITUNG.AT](http://www.wienerzeitung.at) / leser@wienerzeitung.at

Gegen Schmerzen und Verspannungen Ergonomischer Fahrradgriff

Laut einer Umfrage der Technischen Universität München kennen rund 80 Prozent der Radfahrer eingeschlafene Hände, schmerzende Arme und verspannte Schultern. Ergebnis umfangreicher Lösungsversuche zwischen Medizin und Industrie ist der „biogrip“, ein ergonomischer Fahrradgriff der Allgäuer Firma project sporting goods in Kempten.

Erstmals wird durch die im Fachhandel um rund 300 Schilling erhältlichen Gummigriffe die Anatomie der menschlichen Hand berücksichtigt. Untersuchungen haben ergeben, dass die unangenehmen Begleiterscheinungen beim Radeln auf Grund der durch den „biogrip“ korrigierten Handstellung und die hohe Dämpfungswirkung des Materials nicht mehr auftreten. Radeln macht dadurch mehr Spaß und Langzeitschäden werden durch Prävention vermieden.

Tatsächlich steckt hinter den unangenehmen Symptomen

von Schmerzen und Verspannungen nämlich das Ernst zu nehmende Carpal-Tunnelsyndrom, mit dem es Neurologen häufig zu tun haben. Sie begrüßen den „biogrip“ (Bild unten), da er auch flüchtige Nervenkompressionen am Handgelenk weitgehend vermeiden kann, so der Kitzbüheler Neurologe Dr. Werner Hengl.

Auch Radfahrprofis schwören auf den etwas anderen Griff, der anfangs zwar etwas gewöhnungsbedürftig ist, dann aber seine Vorteile voll ausspielt: Erhöhte Griffsicherheit, bei der das krampfauflösende Umgreifen entfällt, ausgezeichnete Dämpfung bei hochfrequenten Vibrationen sowie die Unterstützung der Handgelenke, durch die Quetschungen von Blut- und Nervenbahnen verhindert werden.

„biogrip“ wurde vom ADAC prämiert, wird u. a. vom Forum für gesundes Radfahren e. V. empfohlen und funktioniert mit allen Drehgriffschaltungen.

Foto: agentur v.e.e.p

THEMA

DONNERSTAG, 31. AUGUST 2000F

