



## Wie kommen Ihre Skischuhe richtig über den Sommer?

1. Direkt nach dem letzten Skifahren, nehmen Sie Ihre Innenschuhe aus den Skistiefel-Schalen. Nehmen Sie Ihre Einlagen heraus und waschen diese unter fließend-warmen Wasser mit etwas Shampoo. Dann an der freien Luft trocknen lassen.
2. Dann kommt Ihr Innenschuh. Diesen waschen Sie am besten unter der Dusche. Den Innenschuh und die Zunge mit klarem warmen Wasser von Körpersalzen und Bakterien befreien. Danach mit etwas Shampoo auswaschen. Dann nachspülen, bis kein Schaum mehr kommt. Etwas ausdrücken – nicht wringen! Danach auf den Kopf stellen und über Nacht austropfen lassen. Tags darauf am besten mit einem Hilfsmittel – z.B., einem Thermic/Sidas Lufttrockner – gründlich trocknen. Das braucht einen knappen Tag.
3. Schale von grobem Dreck reinigen, kleine Steinchen und Dreck aus der Absatzplatte kratzen. Diese dann überprüfen. Wenn die Absatzplatte abgelaufen ist, über den Handel neue bestellen oder dort ersetzen lassen.
4. Wenn Ihre Skischuhschale innen einen verschraubten oder verpressten Trittkeil hat, diesen herausnehmen, und die Schale von innen mit Seifenwasser herauswaschen. Nehmen Sie ein Baumwolltuch, um die grobe Nässe herauszuwischen. Wenn die Schale trocken ist, kontrollieren Sie Dichtungen und Schnallen und fetten Sie die Nietköpfe der Schnallen von innen mit etwas Balistol oder Handschuhfett.
5. Bei einem geschäumten Innenschuh mit Leder, diesen nach dem Waschen einfetten (wir empfehlen Hey oder Toko Imprägnierfett). Alle synthetischen Innenschuhe aus Mashmaterial kann man mit einem Imprägnierspray außen leicht einsprühen (auch hier empfehlen wir Hey oder Toko). Dies hilft, höhere Isolationswerte zu erreichen und bietet ein besseres Rutschverhalten in die Außenschale.
6. Nun die Innensohle wieder in den Innenschuh einpassen, den Innenschuh in die Skischuh-Schale einbauen und dann alle Verschlüsse (Schnallen, Abschlussbänder und im Falle eines schnürbaren Innenschuhs auch diese Schnürsenkel) schließen, und die kompletten Skischuhe in eine Skistiefeltasche packen und bei - im perfekten Fall – 15 Grad aufbewahren.
7. Ein paar Wochen bevor Sie wieder Ihre Skisaison beginnen wollen, packen Sie die Skischuhe aus und lassen Sie lüften. Dann mit Skisocken reinschlüpfen und zumachen. Passt noch alles? Wenn ja, dann prima. Wenn nein: **Termin bei Sport-DONI machen!**