

Was ist BMX

BMX ist die Abkürzung für **B**icycle **M**oto **C**ross. BMX bezeichnet eine Ende der 1960er in den USA entstandene Sportart, die es dem Sportler gestattet, auf einem 20"-Fahrrad (20-Zoll-Laufräder) viele verschiedene Tricks oder Stunts auszuführen. Der Vorläufer des BMX war Anfang der 60er Jahre das sog. "Sting-Ray" (Stachelrochen) Fahrrad, welches in weiterentwickelter Form in den 70ern als Bonanzarad nach Europa kam. Bereits mit diesen "Sting-Rays" trugen die Jugendlichen in den USA, einen mit Sprüngen und Steilkurven versehenen, etwa 400 Meter langen Sandkurs im Kopf-an-Kopf-Rennen gegen acht Kontrahenten aus. Da die Fahrräder für diesen harten Einsatz eigentlich nicht konzipiert waren, entwickelte man statisch stabilere Rahmen - behielt den hohen Lenker und das 20-Zoll Felgenmaß bei - das erste "echte" BMX war geboren. BMX-Räder waren Anfang der 80er Jahre bei Kindern und Jugendlichen als Fahrrad sehr in Mode. Seinen Anfang nahm der BMX-Rennsport wohl überall auf der Welt, wo Kinder und Jugendliche sich abseits von Straßen im Gelände mit ihren Rädern die ersten Rennen lieferten, über Hügel sprangen und versuchten, es den Motocross-Fahrern auf ihren

Motorrädern gleichzutun. Die ersten Bahnen wurde in Kalifornien Anfang der siebziger Jahre gebaut, und so entwickelte sich der BMX-Rennsport von seinen Anfängen bis zum heutigen Tag kontinuierlich weiter. Die Bahnen wurden anspruchsvoller, mit größeren und technisch schwieriger zu fahrenden Hindernissen, betonierten Kurven und Starthügeln, bis hin zu Flutlichtanlagen und Tribünen. Seit 2008 ist BMX-Race, die Urdisziplin, zudem olympisch. Das Exekutivkomitee des Internationalen Olympischen Komitees (IOC) hat Mitte 2003 beschlossen, bei den Olympischen Spielen 2008 in Peking zwei BMX-Wettbewerbe (Elite men & Elite women) auszutragen.

Für jedes Alter bzw. Körpergröße, gibt es das richtige BMX Race-Bike. Die Rahmengrößen sind in folgende Kategorien eingeteilt: Micro, Mini, Junior, Expert und Pro. Je nach Hersteller gibt es in der Kategorie Pro noch die Größen XL und XXL. Die meisten Hersteller haben noch BMX-Räder mit 24-Zoll Laufrädern, die sogenannten Cruiser im Sortiment. Optisch ähneln sie einem MTB, sind aber reine BMX-Bikes.

Die verschiedenen Race BMX-Bikes

Micro: Das Bike für die "kleinsten" Racer, Altersbereich 3-6 Jahre (Körpergröße: bis 110 cm)



Mini: Ideal für die 8-10 jährigen (Körpergröße: bis 137 cm)



Expert: 13-14 Jahre, das Bike ist schon ein Expert(e) (Körpergröße: bis 160 cm)



Junior: 10-12 Jahre, dann bist du mit dem Bike unterwegs (Körpergröße: bis 150 cm)



Pro: 15 Jahre und älter - nach oben keine Grenze (Körpergröße: bis 175 cm)



Pro XL: bis 180 cm und Größer



Cruiser: 24 Zoll BMX Bike

cm	185	183	180	178	175	173	170	168	165	163	160	157	155	152	150	147	145	142	140	137	135	132	130	127	124	122
Rahmen Größe																				Mini						
																Junior										
										Expert																
				Pro																						
	Pro XL																									

Die Altersangaben sind Richtwerte, das BMX-Bike muss passend zur Körpergröße sein!

BMX RACE



Ausrüstung

- **Helm** Integralhelm (BMX oder Motocross)
- **Trikot** langarm
- **Hose** BMX oder Motocross
- **Schuhe** Sportschuhe mit flacher Sohle

Protektoren

- **Armschoner**
- **Knie- / Schienbeinschoner**
- **Handschuhe** (lange Finger)



Der Aushang

Mit Informationen zum Rennen :

Rennnummer

Startnummer

Name

Startplatz

Qualifikationsmodus



Der Vorstart

Hier stellt man sich zu seinem Rennlauf auf, bevor man den Starthügel hoch zum Start geht!



Die BMX Bahn

Eine BMX Bahn ist ca. 250-400m lang und hat verschiedene Hindernisse und Kurven. Die Kurven und Hindernisse können teilweise asphaltiert oder gepflastert sein.



Der Start

Mit acht Fahrern an einem Startgatter



Das Rennen

Zuerst gibt es für alle Fahrer drei Vorläufe. Das Ergebnis der Vorläufe entscheidet darüber, wer in die nächste Runde kommt. Je nach Teilnehmerzahl gibt es der Reihenfolge nach 1/8-, 1/4-, 1/2- oder Finale.