

## Im Lockdown schadstoffarm fit bleiben: Sportgeräte auf dem Prüfstand

Fitnessstudios sind geschlossen und Yoga oder Pilates gibt es momentan nur noch online. Da liegt die Anschaffung eigener Sportgeräte nahe. Die Auswahl ist riesig, aber sind alle Produkte auch sinnvoll? Wer nur eine bequeme Unterlage für sein Workout benötigt, kann einfach weiche Decken benutzen. Auch spezielle Kissen und Gurte können durch ein gefaltetes Handtuch oder einen Schal leicht ersetzt werden. Wer aber wirklich eine rutschfeste Unterlage benötigt, kommt um die Anschaffung einer Matte kaum herum. Doch leider ist nicht jedes Fabrikat schadstoffarm und die Produktinformationen sind oft nicht aussagekräftig. Laut einer aktuellen europaweiten Untersuchung von 82 Sportartikeln wie Bällen, Hanteln, Matten oder Springseilen im Rahmen des von der EU geförderten LIFE AskReach-Projektes enthielt jedes vierte Fitnessgerät besorgniserregende Substanzen. Unsere Tipps für schadstoffbewusste Sportler:

- **Keine Info - kein Kauf:** Aus der Produktbeschreibung sollte klar hervorgehen, aus welchen Materialien die Matte oder das Fitnessequipment gefertigt ist. Wünschenswert sind auch Angaben zu Produktionsbedingungen und zu Schadstoffuntersuchungen. Siegel sind in diesem Bereich eher rar und auch das Oeko-Tex-Siegel schließt Materialien wie PVC, Ersatzweichmacher oder antimikrobielle Ausrüstung nicht aus. „Frei von XY“-Angaben sind wenig aussagekräftig, besonders wenn nur Stoffe genannt werden, die für das jeweilige Material überhaupt nicht relevant sind. Fitnesszubehör sollte zudem nur über identifizierbare Händler mit Sitz in der EU bestellt werden.
- **Keine stinkenden Produkte:** Bälle, Blöcke, Bänder, Hanteln und Matten sollten nicht auffällig riechen. Der Geruch könnte ein Hinweis auf Schadstoffe sein. Bei Fahrradtrainern, Ergometern oder Hometrainern riechen teilweise die Griffe schmierölartig, weil diese mit krebserregenden teerähnlichen Verbindungen (PAK) belastet sind, wie eine Untersuchung der Stiftung Warentest zeigte. Empfehlenswert ist, auf Trainingsgeräte mit dem GS-Zeichen zu achten. Diese werden auf die Einhaltung gesetzlicher Grenzwerte geprüft.
- **Kein PVC:** Yoga- oder Fitnessmatten bestehen häufig aus dem Kunststoff PVC. Auch Fitness-Bälle werden gerne aus diesem Material hergestellt. PVC wird erst durch Weichmacher elastisch, die nicht im Kunststoff bleiben, sondern nach und nach freigesetzt werden.

Frankenwerft 35  
50667 Köln

Tel.: (0221) 846 188-88  
Fax: (0221) 846 188-33

koeln.quartier@verbraucherzentrale.nrw  
www.verbraucherzentrale.nrw

tipp  
tipp  
tipp  
tipp  
tipp

Einige Phthalat-Weichmacher können das menschliche Hormonsystem stören. Aber auch bestimmte sogenannte Ersatzweichmacher werden vom Menschen aufgenommen, sind im Urin nachweisbar und können im Tierversuch in höheren Konzentrationen die Nieren schädigen. PVC ist in der Vergangenheit in Tests oftmals durch weitere gesundheitsschädliche Zusatzstoffe aufgefallen.

- **Ohne anti-bakterielle Ausstattung:** Manche Hersteller rüsten ihre Produkte mit Silber oder anderen Substanzen aus, die gegen Mikroorganismen und Geruch wirken sollen. Leider müssen diese nur angegeben werden, wenn mit den bioziden Eigenschaften geworben wird. Die Substanzen belasten unnötig die Umwelt und manche sogar die Gesundheit, daher sollte darauf möglichst verzichtet werden. Das regelmäßige Säubern zur Pflege der Materialien wird zudem durch die Ausrüstung nicht ersetzt.
- **Welches Material für die Matte?** TPE steht für thermoplastische Elastomere. Im Schadstofftest von Öko-Test 2019 schnitten Matten aus diesen aufgeschäumten Kunststoffen besonders gut ab, denn sie haben den Vorteil, keine Weichmacher zu benötigen. Für Kautschuk wird hingegen teilweise Regenwald abgeholzt, ebenso wie für Palmöl. Wem nicht nur Schadstofffreiheit, sondern auch gerechte Bezahlung am Herzen liegen, kann hier auf das „Fair Rubber“-Siegel achten. Auch Kautschukmatten sind nicht immer schadstoffarm. Häufig werden sie zwar mit „phthalatfrei“ beworben, relevant sind hier aber eher Nitrosamine, PAK oder allergieauslösende Latexproteine. Korkmatten bestehen oft nicht zu 100 Prozent aus dem nachwachsenden Rohstoff Kork, die Rückseite bildet eine aufgeschäumte TPE- oder Kautschukschicht. Welches Material am besten geeignet ist, hängt davon ab, welche Anforderungen man an die Rutsch- und Zugfestigkeit der Matte stellt. In Bezug auf Schadstoffe bieten Testergebnisse oder Prüfsiegel bei der Auswahl Orientierung.

Sie haben noch Fragen zur Fitnessausrüstung ohne Schadstoffe? Dazu und allgemein zum Thema „schadstoffarm leben“ bieten die Umweltberatung sowie die Online-Schadstoffberatung der Verbraucherzentrale NRW weitere Informationen unter [www.verbraucherzentrale.nrw/schadstoffe](http://www.verbraucherzentrale.nrw/schadstoffe). Dort können Sie außerdem eigene Fragen bequem per Kontaktformular stellen und erhalten innerhalb weniger Tage kostenlos eine Antwort.

Stand der Information: 27. Januar 2021

Frankenwerft 35  
50667 Köln

Tel.: (0221) 846 188-88

Fax: (0221) 846 188-33

[koeln.quartier@verbraucherzentrale.nrw](mailto:koeln.quartier@verbraucherzentrale.nrw)

[www.verbraucherzentrale.nrw](http://www.verbraucherzentrale.nrw)

tipp tipp tipp tipp tipp