

((HL))

## **Besser sehen mit funktionellen Sportbrillen**

((Fließtext))

Zwei Drittel aller Bundesbürger treiben in ihrer Freizeit gerne Sport. Sonnenschein und sommerliche Temperaturen lassen gerade in diesen Tagen besonders die Herzen der Outdoor-Fans höher schlagen. Doch beim Sport sind die Anforderungen an das menschliche Auge besonders hoch. Die passende Sportbrille gehört deshalb unbedingt zur Ausrüstung. Wer oft im Freien unterwegs ist – egal ob auf dem Fahrrad, auf dem Wasser, mit Inlinern oder zu Fuß – sollte nicht nur auf den geeigneten fahrbaren Untersatz, bequemes Schuhwerk und funktionelle Kleidung achten. Erst die richtige Sportbrille macht die Sportausrüstung komplett. Und das nicht nur wegen der schicken „Optik“. Präzises räumliches Sehen und ein guter Blick für schnelle Bewegungen sind wichtige Voraussetzungen für den sportlichen Erfolg. Bis zu 95 Prozent aller Bewegungen beim Sport werden nämlich über das Sehen kontrolliert und koordiniert. Ein spezieller Bereich der Augenoptik, die Sportoptik, verbindet optimales Sehen, effizienten Augenschutz und sportliches Outfit.

Immerhin 25 Prozent unserer Körperenergie werden für das Sehen aufgewendet. Dieser Anteil steigt, wenn witterungsbedingte Einflüsse oder Insektenflug die Sicht erschweren. Dabei stellen unterschiedliche Sportarten auch unterschiedliche Ansprüche an die geeignete Brille. Und weil das menschliche Auge so empfindlich ist, benötigt es einen „Maßanzug“: Ob Brillenträger oder nicht – in der Freizeit und beim Sport kommt es darauf an, scharf zu sehen und gleichzeitig vor äußeren Einflüssen wie Wind, Sonne, Schnee, Regen oder Staub, aber auch vor Verletzungen geschützt zu sein. Und auch in der Halle lauern Gefahren. Einer bruchstabilen und rutschfesten Indoor-Brille können selbst Querschläger oder fremde Ellenbogen nichts anhaben.

Dabei müssen Sport- und Sonnenbrillen nicht nur den spezifischen Anforderungen der jeweiligen Sportart genügen. Spezielle Brillen für Outdoor-Sportarten sollten in jedem Fall vor der gefährlichen UV-Strahlung schützen und sowohl bruchfest als auch kontraststeigernd sein. Mit

kontraststeigernden Gläsern lassen sich zum Beispiel Unebenheiten und Schlaglöcher frühzeitig erkennen. Gelbe oder orange Gläser eignen sich hierfür am besten. Neben einem erstklassigen Wind-, Blend- und UV-Schutz sollten sie auch eine etwa vorhandene Fehlsichtigkeit optimal korrigieren. In der Halle kommt es vor allem darauf an, Ballbewegungen sicher einzuschätzen und wirksamen Schutz zu bieten, falls beim Spielen tatsächlich mal was „ins Auge geht“. Immerhin kommen diese „Geschosse“ beim Badminton oder Squash mit Geschwindigkeiten von bis zu 200 Kilometern pro Stunde angeflogen. Und dass eine gute Schwimmbrille dafür sorgt, dass jedes Auge trocken bleibt, versteht sich von selbst.

Nur eine auf die jeweilige Sportart abgestimmte und fachmännisch angepasste Sportbrille – ob mit oder ohne individuelle augenoptische Korrektur – bietet angenehmen Tragekomfort und ermöglicht durch die verbesserte Sicht, die Leistungen im koordinativen Bereich zu steigern. Als Spezialist für gutes Sehen verfügt das Team von bumann.augenoptik am Lokalbahnhof in Sachsenhausen nicht nur über das nötige Know-how in Sachen Augenschutz, sondern garantiert auch eine große Auswahl modischer Modelle der führenden Sonnen- und Sportbrillenhersteller. Alle Sportbrillen werden – mit oder ohne Korrektionsgläser – individuell angepasst, damit Sie die volle Freude bei Ihrem Lieblingssport genießen können. Sie werden sehen!