

in.ihned.cz/sport

Pokud je člověku čtyřicet, má trochu prošedivělé vlasy, vrásky kolem očí a hlavně pud sebezáchovy, není skicross pro něj. Tahle nová disciplína, jež se řadí do skupiny freestyleového lyžování, je – stejně jako mnoho podobných – typickou záležitostí mladých lidí, kteří používají výrazy jako „fakt hustý“ a jsou závislí na adrenalinu.

Při skicrossu musí lyžař zvládnout sjezdovou trať plnou uměle vytvořených překážek v podobě klopených zatáček, skoků či rychlostních úseků. Podobá se to snowboardové disciplíně zvané boardercross. Kdo nemá rád riziko, nezbyvá mu než přihlížet.

Nejmladší mezi mladými

Skicross je zatím nejmladší disciplína freestyleového lyžování. Historicky první závod Světového poháru se jel v listopadu roku 2002 v Tignes. Mimochodem, vyhrál ho český závodník Tomáš Kraus. Od té doby prožívá skicross, kterému se zkráceně říká ski-X nebo jen SX, velký rozmach po celém světě. Některé firmy už dokonce vyrábějí speciální lyže.

Skicrossový závod vypadá následovně: lyžaři si nejdříve prohlédnou trať. Měla by mít průměrný sklon 12 až 20 stupňů, převýšení 100 až 150 metrů a šířku alespoň 30 metrů. Je poseta množstvím už jmenovaných překážek – od klopených zatáček přes skoky, přejezdy a rychlostní úseky až k tzv. rollerům či bubnům.

Po prohlídce trati následuje oficiální trénink. Zúčastnit se ho musí každý z jezdců. Přece jen, lyžování se obecně řadí k riskantnějším sportům, a tohle je navíc freestyle...

Pak přichází na řadu kvalifikace – takzvaný time trial. Každý jede sám a do hlavního závodu podle času postupuje 32 mužů a 16 žen. Pořadatelé pak dle pravidel stanoveného klíče rozdělí závodníky v jednotlivých kategoriích do čtveřic a v hlavním závodě se pokračuje vyřazovacím systémem: postupují první dva

Skicross



FOTO: ARCHIV

z každé jízdy – až zbudou čtyři nejlepší ve finále.

A finálová jízda je – jak se shodnou všichni vyznavači tohoto adrenalinového sportu – opravdovou lahůdkou. Je to skutečné riziko, směs odvahy, rychlosti, dovedností a také štěstí. Čtveřice nejlepších jezdců zuřivě vyráží na trať. Start je vůbec nejdůležitější částí celé jízdy – když si lyžař dokáže vybojovat vedoucí pozici, má obrovskou šanci, že ji udrží. Předjíždět je totiž nesmírně těžké. Na začátku trati je strmý úsek bez překážek, aby závodníci získali rychlost. Teprve pak přicházejí první skoky a zatáčky...

Lyžaři do sebe mohou narážet, fyzický kontakt není zakázán. Ale musí být fér. Jak stojí v pravidlech, „úmyslný kontakt tlačení, taháním nebo jinými prostředky, které způsobí zbrzdění, pád či vybočení z trati jiných závodníků, je zakázán a znamená automatickou diskvalifikaci. Nevyhnu-

teľný náhodný kontakt je přijatelný“.

Co na sebe

Pokud člověk nemá lyže konstruované speciálně pro ski-X, nejvhodnější jsou lyže na obří slalom. Ať tak či tak, musejí být v perfektním stavu – skluznice neporušená, hrany ostře nabroušené. I malý nedostatek, který při normálním lyžování na sjezdovce prakticky nehraje roli, se může při extrémní jízdě projevit jako obrovský defekt. Zkrátka, když jsou lyže v pořádku, jsou mnohem ovladatelnější a člověk ví, co od nich čekat. Hůlky se používají libovolně – rovné či zahnuté, jen musejí mít talířky.

Důležitou součástí skicrossové výbavy je helma. Pravidla ji předepisují nejen na trénink a samotnou jízdu, ale dokonce i na prohlídku trati. Chrániče na páteř nejsou povinné, ale důrazně doporučované. Skicross není polštářová bitva na škole v přírodě, ale velmi riskantní

záležitost! A pokud jde o oblečení, jezdí se v podobném jako na snowboardu. Lyžaři-volno-myšlenkáři, tedy vyznavači těchto nových disciplín, obecně nemají rádi klasické sjezdářské kombinézy.

Jak na to

Skicrossové závody jsou divácky velmi vděčné. Trať není dlouhá a většinou přehledná, k vidění je obrovská rychlost, dlouhé skoky, ostré zatáčky a krkolomné pády. Možností, kde tenhle sport spatřit, je poměrně dost (poslední dobou i u nás, i když tady ski-X na svůj skutečný rozkvět teprve čeká), rozpis domácích i mezinárodních závodů je dostupný na internetu.

Ovšem kdo si chce skicross vyzkoušet na vlastní kůži, musí být víc než obezřetný. První podmínkou je vynikající lyžařské umění (kdo si není s prkny na nohou stoprocentně jistý, neměl by o adrenalinové zábavě ani uvažovat). Podmínkou číslo dvě je dobré vybavení: lyže, helma, chrániče (čím víc, tím líp). A nakonec to chce sílu, fyzickou kondici, opatrnost, trpělivost, odhodlání a odvalu. A také správné uvažování, neboť „freestyle, to není jen sport, ale životní styl, stav mysli člověka“. Zbývá si tedy položit jedinou otázku: Objevuje se v mém slovníku výraz „fakt hustý“? ●

ADÉLA POLÁKOVÁ



INTERNET

<http://skiiks.webz.cz>
www.freeskiing.cz
www.freeskiing.cz/cafe
www.fis-ski.com