



### → Ski-orientering

Skloubíte-li běh na lyžích s orientačním během, vyjde vám disciplína zvaná ski-orientering. Česky to zní srozumitelněji: lyžařský orientační běh. Ač je tento sport především hitem poslední dekády, jeho základy pocházejí už z konce 19. století! Na olympiádě v Naganu byl dokonce ukázkovým sportem.

Stejně jako orientační běh vyžaduje i ski-orientering fyzickou kondici, skvělé čtení v mapě a rychlý úsudek. Během závodu se musí rozhodnout mezi desítkami variant a přitom neztratit rychlost. Vyhrává ten, kdo dokáže nejrychleji zvládnout trať mezi kontrolními stanovišti. Samozřejmě že v předepsaném pořadí. Někdy se jede v jednotném časovém limitu a stanoviště mají různá bodová ohodnocení. Na závodech bývá mezi deseti až dvaceti kontrolními body a klidně i dvě stovky tratí. Soutěží se v několika disciplínách: střední a dlouhá vzdálenost, sprint či štafety (relay).

Ski-orienteringu dnes propadli zhruba v 35 zemích čtyř kontinentů. Každé dva roky se ti nejlepší sejdou na mistrovství světa. Mezitím běží klasický kolotoč světových pohárů.

### Ski-orientering

- Český svaz orientačního běhu: [www.orientacnibeh.cz](http://www.orientacnibeh.cz)
- Informace o českém lyžařském orientačním běhu: <http://ski-o.hyperlinx.cz>

### Zimní triatlon

Zimní odnož populární letní kombinace sportů se skládá ze tří disciplín: běhu, jízdy na horském kole a běhu na lyžích. Závodníci je absolvují hned za sebou. Začíná se hromadným startem závodního pole, které běží předepsanou vzdálenost. Poté závodníci okamžitě přeseďají na připravená horská kola. A pak zbývá už jen nazout lyžařské boty a běžky. A pak zdolat posledních, ovšem pěkně tvrdých pár kilometrů do cíle.

### Zimní triatlon

- International Triathlon Union (ITU): [www.triathlon.org](http://www.triathlon.org)
- European Triathlon Union: [www.etu-triathlon.org](http://www.etu-triathlon.org)
- Český svaz triatlonu: [www.triatlon.cz](http://www.triatlon.cz)

Vzdálenosti tratí se liší nejen u disciplín, ale také na různých závodech. Vrcholný orgán, Mezinárodní triatlonový svaz (ITU), pod jehož křídla spadá i zimní triatlon, ovšem stanovil jisté mantinely. V kategorii elite (dospělí) se může běžet 7 až 9 km, jet na kole 12 až 14 km a na běžkách 10 – 12 km. V zimě se u nás pořádá i pár veřejných závodů

### Telemark

Když skokani na lyžích po „přistání“ končí v pokleku s jednou nohou vpředu, je to telemark. Když ve filmech pro pamětníky poněkud komicky vyhlížející postavy sjíždějí svahy táhlými oblouky v pokleku, je to taky

telemark. A když lyžaři v 21. století obouvají moderní výstroj a spouští se ze zavátých neupravených kopců, je to taky telemark! Odvětví, které sahá k samotným kořenům lyžování, zažívá v posledních dekáдах renesanci. Telemark neboli lyžování s volnou patou. Historický lyžařský styl, který zůstal stejný od vynálezu koncem 19. století až dodnes, jen s lepším vybavením. Při telemarku zůstávají volné paty, takže oblouky logicky vypaďají úplně jinak než při klasickém sjezdu. Zatímco na sjezdovkách přenášíte váhu na

### Telemark

- České stránky o telemarku: [www.telemark.cz](http://www.telemark.cz)
- Škola telemarkového lyžování: [www.telemarkski.cz](http://www.telemarkski.cz)
- Telemark Club Slovakia: [www.telemark.sk](http://www.telemark.sk)
- Mezinárodní lyžařská federace (FIS): [www.fis-ski.com](http://www.fis-ski.com)



Telemark se za desetiletí nezměnil, stále evokuje staré časy a radost z jízdy.

FOTO: ARCHIV