



Lyžování

Sjezdové lyžování je jednou z nejrozšířenějších zimních sportovních aktivit, které se věnují miliony lidí po celém světě. Všem, kteří se zajímají o tradiční i moderní pojetí jízdy na sjezdových tratích i mimo ně, přinášíme novou, bohatě ilustrovanou učebnici lyžování. Autoři, zkušení instruktoři a pedagogové, na velkém množství barevných fotografií ukazují, jak postupovat při výuce základů lyžování, jak si poradit s pokročilou technikou sjíždění a s carvingovými oblouky. Vyznavačům volného ježdění mimo vyznačené sjezdovky se budou jistě hodit informace o freestylu a freeridingu, zajímavá je i kapitola o telemarském lyžování. Všichni zájemci určitě ocení i rady pro výběr lyží a ostatního sjezdařského vybavení.