„Skręt równoległy, ślad ślizgowy i cięty – wykonanie, porównanie, zastosowanie”

POLSKI WARSZTAT

SKRĘT RÓWNOLEGŁY

ŚLAD ŚLIZGOWY- NW

- STROME STOKI
- ZŁE WARUNKI, MULDY
- WĄSKIE STOKI
- MNIEJSZE UMIEJĘTNOŚCI

ŚLAD CIĘTY

- SKRĘT „FINALNY”
- ŁATWIEJSZE, SZEROKIE, DOBRZE PRZYGOTOWANE STOKI
- WIĘKSZE UMIEJĘTNOŚCI

RÓŻNICE MIĘDZY SKRĘTAMI

ŚLAD ŚLIZGOWY- NW

- WYRAŹNE WYJŚCIE W GÓRE Z WBICIEM KIJKA
- IMPULS SKRĘTNY- ROTACJA STÓP

SLAD CIĘTY

- KOMPENSACJA – MIN. WYJŚCIE W GÓRĘ
- IMPULS SKRĘTNY- PRZEKRAWĘDZIOWANIE

ŚLAD ŚLIZGOWY – NW

ĆWICZENIA WPROWADZAJĄCE

ŚLAD CIĘTY

ĆWICZENIA WPROWADZAJĄCE I KORYGUJĄCE

ŚLAD CIĘTY

ĆWICZENIA WPROWADZAJĄCE I KORYGUJĄCE, CD…

DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ

ZAPRASZAMY NA ZAJĘCIA
PRAKTYCZNE NA ŚNIEGU