

**N**ěkterí lyžaři čekají až napadne sníh, jiní zase naopak až sleze a vyraší zelená tráva. Potom teprve vytáhnou lyžařskou výbavu a vyrazí sjíždět horské svahy. Ano, řeč bude o lyžování na trávě. Tedy o sportu, který není příliš rozšířený, ale rozhodně bychom na něj neměli hledět s despektem. Nejen proto, že v něm máme špičkové reprezentanty, ale také proto, že v době globálního oteplování představuje atraktivní sport budoucnosti.

letech. Zkušenosti s lyžováním na sněhu jsou samozřejmě přínosem, ale ne podmínkou. Od klasického lyžování se výbava liší zejména lyžemi. Vše ostatní zůstává víceméně stejné. Lyže jsou mnohem kratší, maximálně metrové, a připomínají tankový pás. Cena lyží se odvíjí od jejich délky, která se pohybuje od 60 do 100 cm. Lyže do délky 80 cm (cena kolem 6 000 Kč) používají děti a junioři. Ženy sáhnou po délce 80 až 90 cm, muži 85 – 95 cm, dle disciplíny. Ty nejdelší stojí kolem 9 000 Kč. O něco levněji vyjde sestavení

namazání olej vydrží na pět až deset jízd, někomu i více. Záleží, co od lyží očekáváte. Závodníci si lyže mažou po každé jízdě, rekreační lyžaři klidně i po patnácti. Travní lyže trpí na rozdíl od těch zimních prachem, štěrkem a pískem. Při jízdě, především při agresivnějším hranění, se do lyží dostává nepořádek, který zpomaluje a odírá kolečka. Proto po každém ukončení lyžování je potřeba lyže vymývat. K tomu stačí pouze voda a jar. Před lyžováním se lyže navíc balí do speciální ochranné fólie, která zabraňuje

# Travní lyžování

## Už nemusíte čekat na sníh

Travní lyžování, ve světě známé pod slovem grasski, patří mezi nejmladší sporty a především v asijských zemích se jedná o velmi oblíbenou aktivitu. Věnují se mu závodníci, kteří chtějí přes léto napilovat správnou techniku, a nechce se jim utrácet za cesty na ledovec, ale stále více i rekreační lyžaři, kteří si tak krátí čas před příchodem další zimy. O tom, že lyžování na trávě není jen zábavou pár nadšenců, svědčí i fakt, že fronty na vlek mohou v některých střediscích klidně soupeřit i se zimní sezonou. Travní lyžování není olympijskou disciplínou, ale stejně jako alpské lyžování patří pod křídla Mezinárodní lyžařské federace (FIS). A stejně tak jako v zimě, i v létě jezdí závody Světového poháru.

## Lyžování na trávě není nic složitějšího

Travní lyžování zvládne každý s alespoň minimální fyzickou kondicí. Děti by měly začínat asi v deseti

lyží z jednotlivých značkových komponentů, což ovšem praktikují jen zkušenější závodníci. Hůlky by měly být asi o 5 cm delší, protože travní lyže jsou dvakrát vyšší, než ty zimní. Pro začátky a rekreační lyžování ale postačí i hůlky stejné, jako používáte v zimě. Stačí mít klasické přeskáče, ale v teplém počasí plasty měknou, a tak jsou lepší tvrdší lyžařské boty. Výstroj je nutné doplnit o vhodné vybavení a chrániče. Ideální je starší oblečení, která má dlouhé rukávy a nohavice. Nezapomeňte hlavně na helmu, rukavice, chrániče kolen a loktů. Klidně můžete použít chrániče na kolečkové brusle. Zkušenější „travaři“ doporučují i chrániče páteře, který je pro závodní lyžování povinností.

## Lyže se nemažou voskem, ale olejem

O travní lyže se musíte starat podobně, jako o ty zimní. Jen s tím rozdílem, že místo vosku se na mazání používá ekologický olej. Travní lyže se musí mazat před každým lyžováním, a to kápnutím ekologického oleje na všechna kolečka. Po

vniknutí špíny, zejména do koleček, které by pak ztrácely rychlost.

## Technika jízdy

I když pohyby lyžaře jsou prakticky stejné jako na sněhu, lyžování na trávě má určitá specifika, která jsou dána odlišnou konstrukcí lyže. Lyže se skládá z vozíků spojených pásem a z vodících destiček, které plní stejnou funkci, jako hrany na zimních lyžích. Zejména ze začátku je třeba mít širší stopu vedení lyží. Při úzkém vedení se lyže mohou snadno srazit k sobě, a potom následuje pád. U rovnováhy platí podobná pravidla, jako u kolečkových bruslí. Pokud budete mít těžiště příliš vepředu, budete přepadávat na ústa. Pokud se dostanete do záklonu, lyže vám pojedou a bude následovat pád na zadek. Na lyžích je třeba stát přirozeně jako v zimě a držet předozadní rovnováhu. Velmi důležitá rada, která vás ušetří mnoha pádů a odřenin, je nezapomenout na to, že lyže se dají zastavit jenom dlouhým obloukem, a ne brzděním smykem.

## Na travních lyžích se dá jet až 94 km/hod.

Travní lyže poprvé vyrobil Josef Kaiser v šedesátých letech v Německu. První mistrovství světa se konalo teprve v roce 1979. Z Německa se tento sport rychle rozšířil i do dalších zemí,

a dokonce si našel příznivce i v Japonsku, Číně a Íránu. Travní lyžování je sportem, který se dnes oficiálně provozuje již ve 24 zemích světa. Vedle tradičních lyžařských velmocí, jako je Rakousko, Německo, Švýcarsko a Itálie se travnímu lyžování daří i v České republice. Máme totiž velmi dobré tréninkové možnosti, které na rozdíl od alpského lyžování nejsou limitovány pouze severem republiky. Čeští reprezentanti patří mezi světovou špičku a ze závodů světového poháru i mistrovství světa si pravidelně odvázejí cenné kovy. Mezi nejlepší současné závodníky patří Jan Němec, pětinasobný mistr světa a pětinasobný absolutní vítěz Světového poháru, a Martin Štěpánek, který letos v srpnu v Olešnici v Orlických horách posunul rychlostní rekord zapsaný v Guinnessově knize z 84 km/hod. na novou hodnotu 94 km/hod.

## Kde si u nás můžete zalyžovat?

Pro začátečníky postačí běžný kopec. Travní lyže nejedou totiž o nic méně rychleji, než by jely lyže sjezdové. Pokud si ale troufáte na

opravdový svah, můžete zkusit některou ze speciálních homologovaných sjezdovek. Jejich kompletní přehled i podrobnější popis včetně dalších evropských středisek najdete na [www.grasski.net](http://www.grasski.net). Mezi nejlepší česká střediska patří Branná v Jeseníkách, České Petrovice, Frýdlant, Moravská Třebová, Nové Město na Moravě a Tišnov a Olešnice v Orlických Horách, kde se v roce 2007 pojede Mistrovství světa. Nový Hrozenkov

a Monílec nejsou sice svahy určené k závodění, ale zase zde funguje půjčovna lyží, takže se jedná o ideální místo k vyzkoušení. Cena travního lyžování za jednu hodinu včetně zapůjčení výstroje a úvodní lekce stojí ve středisku Monílec 250 Kč, v Novém Hrozenkově půldenní zapůjčení lyží a bot vyjde na 200 Kč, což jsou oproti klasickému lyžování opravdu směšné částky. Pokud travní lyže nejsou pro vás

dostatečným adrenalinovým zážitkem, můžete zkusit absolutní novinku – grassski kiting. Pokud si na jízdu za drakem netroufáte sami, můžete absolvovat i speciální kurz. Více informací najdete na [www.mountain.cz](http://www.mountain.cz). Veškeré informace o dění kolem lyžování na trávě najdete na webových stránkách [www.grasski.cz](http://www.grasski.cz).

Text: Věra Bechyňová  
Foto: Martin Štěpánek

