

GENERÁLNÍ PARTNER APUL:



PARTNEŘI APUL:



FOTO: MICHAEL TUREK



Výprava APUL na minulém kongresu INTERSKI v bulharském Pamporovu v roce 2019

## Hurá za polární kruh – INTERSKI LEVI 2023

O plánované březnové výpravě členů APUL do finského Levi jsme vás už informovali v prvním čísle letošní sezóny. Dnes si pojdme říci něco více o tom, jak akce typu kongres INTERSKI skutečně probíhá, jaké know how v oblasti snowsports přináší, na co se mohou účastníci kongresu těšit a třeba i to, jaké jsou jejich povinnosti. Také se dozvíte více o členech výpravy APUL a prozradíme vám, s jakými tématy a nápady za polární kruh členové našich lektorských sborů jedou.

**K**ongres INTERSKI je od svého vzniku, v první polovině padesátých let 20. století, nejvýznamnější akcí svého druhu na světě. Každé čtyři roky se potkávají zástupci lyžařsky aktivních zemí, aby sdělili poznatky a informace v oblasti alpského lyžování, běžeckého lyžování, snowboardingu, telemarku a v posledních letech i v oblasti lyžování handicapovaných. APUL je od svého vzniku, počátkem 90. let, vždy pravidelným účastníkem české výpravy. Česká stopa na kongresech Interski je tak v posledních 25 letech vždy velmi významně orámovaná prezentací, prací a vystupováním právě zástupců naší vzdělávací organizace.

Lokace této významné akce se vždy mění. Kongres se konal nejen na místech starého kontinentu (např. 2011 St. Anton – Rakousko, 2019 Pamporovo – Bulharsko), ale zavítal v posledních letech i do vzdálenějších koutů světa, třeba do Jižní Koreje v roce 2007 nebo do argentinské Ushuaii v roce 2015. Pořadatel kongresu se vybírá vždy se čtyřletým předstihem na kongresu probíhající. Kam pojedou lektori APUL za 4 roky, tedy zatím nevíme.

A jak vypadá program? Workshopy na svahu na různá témata, jak technicko-lyžařská, tak teoreticko-vzdělávací. Odpolední přednášky a teoretické workshopy, večerní velké přednášky na obecnější světová snowsports témata, ranní ukázky technického lyžování a v neposlední

### A kdo bude APUL ve Finsku reprezentovat?

**David Špunda, David Pražák, Tomáš Gatnar, Michal Kašpárek, Marek Kolář, Nikol Novotná, Jana Hoffmannová, Pavla Turková a Michael Turek**

Všichni členové APUL budou mít svoje specifické a předem celkem jasně dané úkoly. Někdo bude více lyžovat a ukazovat techniku, někdo bude více přednášet a povídat, někdo bude snowboardovat, jiný telemarkovat. Většina členů APUL týmu jsou součástí českého Demo teamu, který bude předvádět lyžařské synchro sestavy v rámci večerních night show. Společně budeme všichni týden tvrdě makat v přátelské konkurenci a atmosféře a měřit svoje hard i soft skills se světovými špičkami v oblasti snowsports.

### Workshopy a přednášky, které bude APUL ve Finsku prezentovat

Lyžařská témata:

**“What” and “why” and “how” – action and reaction in snowsports environment.**

**Is there the only one right teaching tool?**

Snowboardová témata:

**Snowboard education as a part of your local snowboard community**

**Benefits of freestyle in Level 1 and Level 2**

řadě i večerní demo show. Program je nabíý a někdy člověk skoro neví, co a kam dříve. Protože kromě našich vlastních přednášek a workshopů, se kterými se chceme mezinárodním kolegům prezentovat, všichni členové výpravy APUL chtějí navštívit co největší množství workshopů a lectures ostatních lyžařských národů. A to všechno proto, aby zpátky do APUL přinesli nové, zajímavé a moderní know how, o které na kurzech obohatí členskou základnu. ■



## Telemarkem to začalo

Staronový lyžařský styl, který v posledních třiceti letech prožívá významnou „novou éru“. Již v polovině 19. století se v jižním Norsku v kraji Telemarken lyžovalo v pokleku. Všechno má na svědomí urostlý chlapík, Sondre Norheim, z vesničky Morgedal. Lyže vyráběl, propagoval, zavedl na nich, a právě na závodech, ve městě Christiania (dnešní Oslo), poprvé předvedl technicky náročný oblouk, kdy jedna – vnitřní noha – je výrazně zakleknutá a jezdec elegantně vykrouží zatáčku. Oblouk byl pojmenován podle kraje, odkud Sondre pocházel – tedy telemarkový oblouk.

**T**elemark se postupně s příchodem 20. století z lyžařských svahů vytrácí, neboť lyžařské vázání bylo „vylepšeno“ o uchycení paty boty k lyži.

A proč u oblouků zaklekávat, když to jde jednoduše a jinak – snožně a paralelně. Ale to naštěstí nebyl konec telemarku pod sluncem. Díky tomuto „úpadku“ může telemark prožívat novou, moderní éru své historie. Ta začala ve Spojených státech amerických, kde norský emigrant a vítěz olympijských her v Oslu v roce 1952, Stein Eriksen, začíná propagovat lyžařský styl, kdy je při jízdě jedna noha pokrčená, k lyži je připevněná jen špička boty a tímto způsobem jsou zdolávány lyžařské svahy. Inspiraci tento „pionýr“ nové telemarkové doby hledá na fotkách svého otce z přelomu 19. a 20. století. V USA vydává knihu a „generuje“ kolem sebe početnou skupinu příznivců, kteří se postupně rozrůstají. V osmdesátých letech se telemark vrací zpět do svého rodiště – do Evropy. Zprvu hlavně do Německa a ostatních alpských zemí. V roce 1991 vyrábí Italská firma Scarpa první celoplastové telemarkové boty, norská Rottefella se přidává s technologicky zdařilými systémy vázání a telemark dostává, s trochou nad-

sázky, tu podobu, kterou nyní na lyžařských svazích potkáváme.

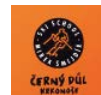
Telemark má své odlišnosti. Je to především výzbroj a forma (techniku, styl, druh) oblouků. Konkrétně se jedná o následující výčet specifik, které bez výjimky tvoří základní stavební kameny techniky telemarkového lyžování:

- základní telemarkový postoj
- náklek (poklek, krok) a jeho hloubka a šířka
- iniciace (zahájení) výměny zakleknutých končetin (přední x zadní dolní končetina)
- rozložení hmotnosti na dolní končetiny
- telemarkové vázání a jeho příslušenství
- telemarková obuv

Pokud je pro vás telemark novinkou, zkuste ho! Nebudete litovat! Modřiny a bolavá stehna budou důkazem, že jste se neflákali. Ale pozor, telemark je návykový! Zvláště na kurzu APUL, který letos začíná 26. března. Už jsi se přihlásil? ■

**Michael Turek, člen lyžařské metodické komise a lektor APUL**

## ČLENSKÉ LYŽAŘSKÉ ŠKOLY APUL: GARANCE KVALITY PRO KLIENTY, GARANCE DOBRÉ PRÁCE PRO INSTRUKTORY APUL



Kontakty na [www.apul.cz](http://www.apul.cz)