

Co je skialpinismus?



Skialpinismus kombinuje turistiku na lyžích, horolezectví a samozřejmě sjezdové lyžování ve volném terénu. Každá výprava je jiná a existuje několik obtížností tohoto sportu. Rozhodně se nejedná pouze o adrenalinovou zábavu. **Tento sport si může vyzkoušet každý, kdo má dobrou kondici a správné vybavení.** Hodí se pro technicky i kondičně vybaveného lyžaře, který už se na sjezdovkách nudí.

Univerzální popis toho, co je skialpinismus, není nic snadného. Jeho počátky bychom našli u zrodu sjezdového lyžování a běžkování. Podle toho, jaký druh lyžování převažuje, se ze skialpinismu vyčleňuje freeride (jízda volným terénem mimo sjezdovky), skitouring (skialpová turistika), extrémní lyžování, fitness skialp apod.

Začátečníci by rozhodně měli své první krůčky zkoušet pod dohledem profesionálů. Možnosti a termíny skialpových kurzů najdete na sociálních sítích nebo webu skialpuj.cz. Specializované kurzy si můžete samozřejmě objednat také u horských vůdců, ale individuální výšlapy vás vyjdou na jiné peníze než skupinové lekce a workshopy. Další nabídky i termíny srazů nebo závodů najdete díky partě nadšenců také na stránkách skialpnadhrobem.cz. Nejčastější cíle skialpinistů, které máme na dosah ruky, najdeme v Krkonoších, Tatrách či Alpách. Pomalu se ale začínají objevovat skialpové trasy i na dalších českých vrcholech, třeba v okolí Železné Rudy, Králického Sněžníku nebo v Krušných horách.

Pohyb ve volné přírodě má svá pravidla, na která bychom neměli zapomínat. Vstup do klidových zón národních parků je zakázán a tvrdě se sankcionuje. Respektujte turistické označení a nezapomínejte na riziko lavinového nebezpečí. Také je třeba zohlednit klidové období živočichů. Zkrátka zůstávejte v souladu s přírodou!

Na nákup, nebo do půjčovny?

Pro naprosté začátky je lepší zajít do půjčovny a potřebné vybavení pro první vyjíždky si zapůjčit. Může se sice zdát, že díky pohybu ve volné přírodě ušetříte za skipasy, ale náklady na správnou skialpovou výbavu se umí vyšplhat hodně vysoko.

Lyže na skialpovou túru jsou uzpůsobené dvěma faktorům – sjezdům na neupraveném a různorodém sněhu i turistickým výstupům. **Jedná se o kratší a odlehčené lyže**, jejichž konkrétní výběr by se měl řídit několika faktory. Nevěřte tomu, když vám prodejce nabídne univerzální vybavení. Velkou roli hrají poměr chůze a sjezdu a také obratnost konkrétního lyžaře. Ke správném výběru lyží patří i kvalitní vázání a pohodlné boty.

Klíčovým vybavením jsou stoupací pásy, dříve označované jako tulení. Před výstupem se lepí na skluznici lyží, pro sjezd se naopak sundávají. Jsou vyrobené z mohéru, nylonu nebo směsi obou materiálů. Výhodou mohéru je skvělý skluz, který poslouží i v hlubokých mrazech. Nevýhodou je ovšem jeho nižší životnost. Nylon má skvělou stoupavost a dlouhou životnost, zato horší skluz. Důležitá je také kvalita lepicí vrstvy, kterou zajišťuje klasické lepidlo, maklomolekulární nebo hybridní technologie. **Kromě lepení jsou pásy uchyceny na špičku (případě špičku a patu) lyže na očko nebo šňůrku.**

Nemalou roli hraje i tvar pásů. Turistické pásy bývají seříznuty podle tvaru lyže a poskytují větší oporu. Oproti tomu závodní pásy jsou užší než lyže a umísťují se pouze do jejich středu. Na náročnější výstupy se doporučuje mít při sobě rezervní pásy, které je důležité držet v teple (nejlépe pod bundou).

Podceňovat byste neměli ani kvalitní oblečení z funkčních materiálů. Zatímco při stoupaní si vystačíte s několika vrstvami lehčích svršků, ve vyšších polohách a také při sjezdu oceníte vrstvy teplejšího oblečení navíc.

Bezpečnost na prvním místě

Trasu mějte dobře promyšlenou a rozplánovanou na úseky. Snažte se dodržovat časový harmonogram, abyste se dokázali dostat bezpečně na vrchol i zpět. Myslete na časovou rezervu!

Budte flexibilní. Změnit se může počasí, kvalita sněhu i váš zdravotní stav. Mějte proto připravenou náhradní variantu nebo se vraťte s předstihem.

Nepodceňujte riziko lavinového nebezpečí.

Co by nemělo chybět v batohu?

- Nabitý mobilní telefon
- GPS navigace
- Čelovka
- Teplé náhradní rukavice
- Dostatek pití, energeticky vydatná svačina, rychlé cukry
- Náhradní stoupací pásy

- Sada na opravy
- Lékárnička
- Lyžařské a sluneční brýle, opalovací krém
- Lopata a sonda