

A person wearing a blue jacket, black helmet, and goggles is climbing a rock face. They are holding a green rope. The background is a snowy mountain peak.

outdoor

REVUE

športujeme
v horách

TÉMA:

FREERIDE – VOĽNÉ LYŽOVANIE

LEXIKÓN:

„TEPLÉ SPODKY“ SÚ ZÁKLAD!

ZIMA 2010

yak & rysy[®]
OUTDOOR

SPANTIK

BATURA EVO

NEPAL EVO GTX

FOR YOUR MOUNTAIN

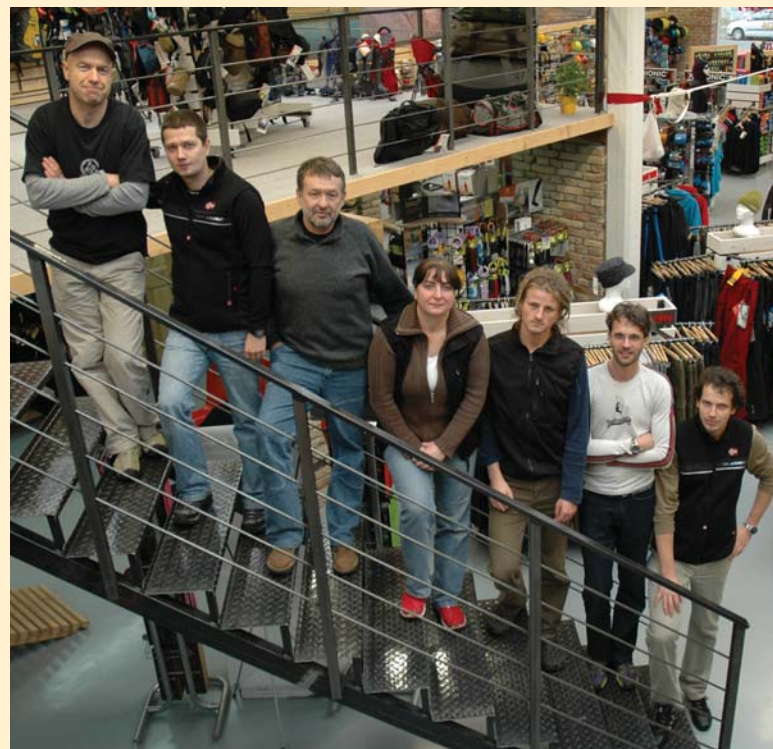
LA SPORTIVA
innovation with passion

www.lasportiva.com

Zimná outdoor revue

V tomto čísle sa venujeme lyžovaniu vo voľnom teréne, ktoré je na Slovensku relatívne novou disciplínou a výberu spodného oblečenia a ponožiek na zimu.

Okrem toho začíname uverejňovať „Príbehy z hôr“, prostredníctvom ktorých Vám chceme predstaviť team ľudí firmy **Yak&Rysy**. Hory a príroda sú súčasťou ich života. Majú skúsenosti s horolezectvom, skialpinizmom, ferátami, trekkingom... Outdoorové vybavenie, ktoré predávajú, sami používajú, často v extrémnych podmienkach. V predajni na Košickej v Bratislave Vám ochotne pomôžu s výberom.



Yak&Rysy Team (zľava doprava): Peter Lichý, Juraj Pavlík, Jarýk Stejskal, Edita Mlynarovičová, Branislav Pastor, Boris Mládek, Tomáš Jurinyi.



Jaromír „Jarýk“ Stejskal (61) spravil okolo 300 výstupov v Tatrách, z toho 32 prvovýstupov. V Yosemitech vyliezol na Half Dome (Lost Arrow) a cestu The Nose na El Capitan. Podnikal v Alpách (1. zimný priestup severnou stenou Petit Dru a Messnerovej cesty na Mte. Agner), na Kaukaze (Donguz Orun v zime), na Pamíre (Štít maršála Žukova s traverzom na Pik Lenina) aj v Andách (prvovýstupy na Mituraju a Jirishancu). Člen expedície Kančendžonga 1981, na jar 1984 prvovýstup na Lhoce Šar s P. Božíkom a J. Rakoncajom, na jeseň 1984 prvovýstup západnou stenou Dhaulágirí, v decembri 1985 prvý čs. zimný výstup a zároveň prvý výstup alpským štýlom na osemtisícovku Čo Oju... O svojom lezení v období 1984-1987 napísal knihu „Zabudni na Everest“.

Vianočný kros v Himalájach

Vracali sme sa zo zimnej výpravy na Čo Oju. Písala rok 1985 a výstup prebehol veľmi rýchlo. Z predsunutého základného tábora sme vyrazili 1. decembra a načerno prešli cez 5716 metrov vysoké sedlo Nangpa-La do Tibetu. Ráno 2. decembra sme nastúpili do západnej steny a 5. decembra o pol druhej popoludní sme stáli na vrchole vo výške 8201 m. Bola krutá zima a pekelné fúkalo. Liezol som vo dvojici s Dušanom Beckikom, ostatní štyria členovia medzinárodnej expedície sa zamotali už pri nástupe do steny a na vrchol sa nedostali. Do Namče Bazaru sme sa vrátili spoločne 12. decembra. Štedrý deň sme chceli stráviť v Káthmandu a na Silvestra už byť doma. Lenže v Lukle, odkiaľ sme mali letieť do Káthmandu, sa naše plány zasekli.

Na horskom letisku čakala stovka ľudí a ďalší pribúdali. Nelietalo sa. Kvôli silnému výškovému vetru lietadlá nedokázali na vtedy ešte trávno-kamenitej dráhe pristáť. Ráno o deviatej sa všetci zliezli pri dráhe. Ohlásili dva lety po 15 ľuďoch. O trinásť oznámili že lietadlá sa museli vrátiť naspäť. Toto sa opakovalo už päť dní... Nervozita rástla a v Lukle dochádzali potraviny. Sedemnásteho ráno rezignovali Dušan s Craigom a Alanom a vyrazili pešo. Poobede pristál vrtulník. Chceli 200 dolárov za osobu. Pete s Rogerom zaplatili a odleteli. Ja nie a z našej výpravy som zostal v Lukle sám. Osemnásteho priletel ďalší vrtulník, chceli len sto dolárov. Než som dobehol pre veci a peniaze, bol preč.

Nasledujúci deň sa počasie rapídne zhoršilo. Došlo mi, že na Vianoce môžem stvrdnúť v Lukle. Celý deň som bojoval s predstavou,

že budem musieť ešte niekde ísť pešo. Podvečer som sa pohol. Naľahko s paličkami a pri čelovke som do desiatej dobehol k rieke do osady Karíkola. Nadránom som sa zobudil spotený: Premietol sa mi nekonečný pochod cez tri sedlá, ktorý som už v minulosti absolvoval. Vyrazil som o piatej s odhodlaním, že to skúsím nonstop až do Jiri. Odtiaľ chodil autobus. Dve hodiny som bežal či rýchlo kráčať. Pol hodinu som oddychoval, ak to bolo možné, tak pri čajovej búde (tea house). Napil som sa, zjedol som čapatu alebo varený zemiak a upaloval ďalej. Spánky, kolená a členky som si mazal vietnamskou mentolovou masťou. Musel som prejsť cez tri hrebene a trikrát zostúpiť až k rieke. Dole dozrievali banány a vrieskali papagáje. Cez sedlá som mrzol, bežal som len v kraťasoch.

O druhej popoludní sa ku mne pripojil miestny kuli a posunkami sa opýtal, či nechcem, aby mi niesol batoh. „Dobre, ale o piatej ráno musím byť v Jiri, lebo mi ide autobus,“ povedal som.

Z jeho výrazu som pochopil, čo si o mne myslí, no chcel zarobiť, tak súhlasil.

„Sto rupií a čaj po ceste,“ dal si podmienku. Nešlo mi ani tak o batoh, ktorý nebol ťažký, ako skôr o to, aby som nešiel potme sám a aby som nezablúdil. On navyše niesol so sebou desať kíl zemiakov, ktoré sa mu zmestili do môjho batohu. Cestou do ďalšieho sedla už toho mal dosť a začal špekulovať...

„Aj jedlo sahib.“ Platil som mu aj jedlo po ceste. O kus ďalej však chcel moje ponožky. „No!“ nesúhlasil som. Mal som dvojce, ktoré som striedal – prepotené sa sušili na batohu.

Môj nosič sa však nevzdával, pýtal karimatku. „No!“

Potom chcel lyžiarske paličky... Jednu som mu požičal a sľúbil som mu, že mu dám v Jiri ako prémii nohavice, ktoré som mal v batohu. Stmievalo sa a on zaoštal. Zrazu mi navrhol, aby som mu pomohol so zemiakmi. To ma rozosmialo.

„Prečo nesieš zemiaky?“ pýtam sa.

„Idem ich predať.“

„A prečo ich nepredáš po ceste?“



Vianočná párty v Káthmandu. Členovia výpravy sprava: Pete Athens (USA), Alan Burgess (V. Británia), Jarýk Stejskal, Roger Marshall (Kanada, zahynul r. 1987 na Mt. Evereste), Dušan Beck (zahynul r. 1988 na Mt. Evereste), Ruth – Rogerova priateľka, chýba Craig Ballanger (USA).

„Tu by som za ne dostal desať rupií, v Jiri dostanem dvadsať.“

„Tak ich predaj tu a ja ti tých desať rupií doplatím.“

Podarilo sa to a trochu sa mu odľahčilo. Bežali sme tmou ďalej. Zrazu zastal a začal lyžiarskou palicou nepričítne bodáť do niečoho na chodníku. Bol to pásovec. Podarilo sa mu ho doraziť a naznačujú, že to bude delikate-

sa – mňam, mňam, ho chcel uložiť do môjho batohu. To už som vybuchol! Po ťažkom posunkovom boji som dosiahol, že ho zahrabal pod kamene a označil si miesto, aby ho pri spiatočnej ceste našiel. O pol noci môj spoločník už nevládal, držal sa za brucho a gúľal očami. Musel som si od neho zobrať svoj batoh. V strmých úsekoch som ho musel doslova tlačiť pred sebou. Našťastie sme vyšli na posled-

ný kopec a v diaľke sa objavili svetlá Jiri. Vtedy zázračne pookrial. O pol piatej som uvidel aj autobus. Svietil a trúbil, šofér tak zvolával ľudí k odchodu.

Stihol som to! Po dvadsiatich štyroch hodinách nonstop. Vyplatil som nosiča, ktorý si nezabudol vypýtať sľúbené nohavice a nastúpil som. Vo vnútri už sedeli Dušan, Alan a Craig, ktorí vyrazili z Lukly o dva a pol dňa skôr.

...V Káthmandu som stretol ľudí, ktorí zostali čakať v Lukle a dozvedel som sa, že po mojom odchode lietadlá začali lietať.

JARÝK STEJSKAL

P. S. Keby sa mi malo ešte raz prihodiť niečo podobné, chcel by som mať na chrbte camel bag, na nohách La Sportiva „Crosslite“ a vo vrecku sušené slivky z Myjavských kopaníc.



Dušan Becík na mieste bivaku vo výške 7500 m (čo Oju 1985).

Bleskovka na Dachsteine

Občas rád podnikám sám. Vyberiem si cieľ a keď je dobrá predpoveď, vyrazím. Tak ako teraz v apríli. V rámci prípravy na výjazd do Pakistanu som si naplánoval dvojdňovú ľadovcovú skialpovú túru s bivakom. Pri voľbe oblasti vyhral Dachstein – z Bratislavy to autom trvá zhruba 4 hodiny a ľadovec je relatívne bezpečný. Ten druhý faktor bol dôležitejší, keďže som chcel ísť sólo.



Hoher Dachstein (3004 m).

Z domu som vyštartoval o 4.00, ale prvú kabinu som nestihol, lebo išla o štvrthodinu skôr, ako písali na webe. Ďalšia mala odchod o dve hodiny. Nerozhodne som tam prešlapoval, keď pošliel ku mne nejaký chlapík a vraví, že ak chcem, vyvezie ma hore – teraz! Onedlho som si pripínal

lyže o 1500 metrov vyššie. Pánboh zaplať, neznámy dobrodinec.

Z hornej stanice na Krippensteine (2100 m) nasledoval krátky zjazd na neďalekú chatu, pri ktorej som stretol dvoch domácich skialpinistov. Poradili mi smer, ale bolo vidno aj vyšliapanú stopu,

takže s azimutom nebol problém. Potom som už v doline nestretol ani nohu. Včerajšia prognóza na wetter.at vyzerala lepšie než dnešná realita – viditeľnosť slabá, len sem-tam sa mraky roztrhli. Na Dachsteine som prvýkrát a samozrejme, že mám buzolu aj mapu. Ale viem si predstaviť, že v hmle



Branislav „Maco“ Pastor (30) sa venuje kajaku na divokej vode (Alpy, Švajčiarsko, Nórsko, Korzika, Španielsko – až do klasifikácie WW5+), jeho ďalšie záľuby sú seakajak, skialpinizmus, freeride, skalná a ľadové lezenie, cestovanie, beh. Spomedzi alpských vrcholov si najviac cení Piz Badile (Via Casin VI-, 900 m), zo štvrtisícoviek Monte Rosu. Mimo Európy sa vyskytol v pohorí Elborz, kde sa pokúšal o vrchol Damavandu (2002), v Indických Himalájach – Ladakh (2005) dosiahnutá výška 5400 m, na Ťan Šane (2009) – sólo výstup na Pik Učiteľ (4540 m) a na Pamíre (2009) – Pik Razdel'naja (6200 m) + pokus o vrchol Piku Lenina. V rámci expedície Marmota Broad Peak 2010 vystúpil do výšky 7900 m.



Ale inak sa na nafukovacej karimatke spalo celkom dobre. Trocha som sa síce bál, či na mňa nespadne strop a ráno o štvrtej ma zobudil vietor, ktorý sa počas noci otočil a začal fúkať dnu – vstup som mohol vykopať ináč. Zjazd býva za odmenu, no tentoraz to bola drina. Jednak preto, že zľadovatený sneh sa striedal s nafúkaným prašanom, ale tiež kvôli ťažkému batohu. Keďže som to poňal ako tréning na vysoké hory a tiež ako otestovanie niektorých častí výstroja, pri balení som na váhu veľmi nepozeral. Mal som v rucksaku kompletnú

by sa na týchto rozľahlých snehových pláňach dalo riadne stratiť. Prechádzam zľava popod Gjadsteinom a stúpam ďalej – púšťam si hudbu z mobilu a je mi fajn. Potom na horizonte vykukne z oblakov môj cieľ Hoher Dachstien a modrá obloha nad ním, no hneď sa znova zahalí. Pod úpäťm južnej steny zložím batoh, odopnem lyže a po ferate vyvezliem na vrchol (3004 m).

O hodinu som späť pri veciach, začnem sa rozhliadať po mieste vhodnom na bivač. Zlyžujem kúsok v smere zajtrajšieho zjazdu a nasleduje premiéra – kopem svoj prvý záhrab v živote. Hlavne to chce dostatočne hrubú vrstvu snehu. Mám šikovnú skladáciu lopatu... a aj sondu, ktorou skúšam okolie – nehodlám sa prepadnúť do nejakej trhliny. Keď bola jaskyňa hotová, navaril som si čaj, zajedol chlebič, syr, klobásu a zaliezol dnu. Zapálil som sviečku a o chvíľu tam zavládlo príjemné teplo. Teda určite nad nulou. Jedna sviečka... a funguje to presne tak, ako sa píše v knihách. Až som banoval, že som si nevzal tenší, ľahší spacák.

lavinovú výzbroj, varič, hrubý spacák, ťažké freeridové lyže, 30 metrov 8-milimetrového lana... Trvalo mi 3 hodiny, kým som sa spustil o 2400 výškových metrov nižšie a keď som si pri aute konečne vyzul lyžiarky, bol som celkom rád... O deviatej večer po 40 hodinách na mňa opäť dýchol vlažný jarný bratislavský vzduch.

Dachstein je dobrý skialpinistický tip na predĺžený víkend. Samozrejme nie je to túra pre začiatčovníkov a ani netvrdím, že ísť tam sám je stopercentne bezpečné, aj keď trhliny sa vyskytujú iba v niektorých častiach ľadovca (napríklad v smere na Simony Hütte) a je to relatívne dosť navštevovaná oblasť. V každom prípade treba byť v dobrej kondícii (aj psychickej), kvalitne vyzbrojený a vstrojený, dobre si naštudovať terén, do ktorého sa vyberieme... a mať v hlave ujasnené, čo urobíme, ak sa niečo stane.

Krásne lyžiarske túry vám praje

BRANISLAV PASTOR



SALOMON 

„Teplé spodky“ sú základ

Kvalitné vrchné outdoorové oblečenie má už väčšina ľudí, ktorí chodia športovať do hôr, no mnohí ešte stále zabúdajú, že základom je naozaj spodná bielizeň. Lebo zbytočne si na seba dáme tú najlepšiu membránovú vetrovku, ak nás pod ňou chladí prepotené bavlnené tričko. Výsledok je dobrý, len keď „fungujú“ všetky vrstvy. A práve v zimnom období je najspodnejšia vrstva najdôležitejšia. Jej hlavnou úlohou je odvádzať vlhkosť od pokožky k vrchným vrstvám a zabezpečiť optimálnu termoreguláciu – pri prehrievaní ochladzovať a v chlade hriať.

Vlna verus syntetika

Zo syntetických materiálov sú najpoužívanejšie polypropylén a polyester (polyamid nie je až taký vhodný, pretože zadržiava vodu). Ich hlavnou prednosťou – vďaka spôsobu pletenia a kombinovania – je vynikajúce odvádzanie vlhkosti k ďalším vrstvám (tie však musia spolupracovať), sú ľahké a rýchlo schnú. Nevýhodou sú

horšie tepelno-izolačné vlastnosti a reakcia s potom (zápach po dlhšom nosení). I keď už niekoľko sezón sa výrobcovia predbiehajú v kozmických dizajnoch syntetického spodného oblečenia, skúsenosti ukazujú, že prírodné materiály vyhrávajú. Vlna v posledných rokoch jednoznačne kraľuje spodnej bielizni, hlavne do mrazov. Je vynikajúcim termoregulátorom a jej schopnosť zadržať vodu a naďalej hriať je neoceniteľná – najmä pri použití vrchných materiálov,

Vlnené tričko ICEBREAKER



Tričko DEVOLD



Nohavice X-BIONIC



Tričko X-BIONIC



Tričko X-BIONIC zo zadu

ktoré prepúšťajú vodu pomalšie (skoro všetky membrány), než ju človek dokáže produkovať. Najväčšou prednosťou vlny sú prirodzené **antibakteriálne vlastnosti**, ktoré zabezpečia komfort nosenia aj pri dlhšom používaní (čo je hlavnou výhodou

na trekoch a expedíciách s obmedzenými možnosťami prania a vymieňania bielizne).

Resumé: Syntetické materiály sú výborné na aktivity, pri ktorých sa viac potíme a vykonávame ich iba určitý čas a nie je

problém s častým vymieňaním a praním – behanie, bicyklovanie, pretekársky skialpinizmus. Najpoužívanejšie sú značky ako **BRYNJE** (oblúbené hlavne u skialpinistov, keďže sieťkovaná štruktúra zachytáva veľa vzduchu, čo zabezpečuje termoreguláciu a vynikajúco odvádza vlhkosť) alebo **X-BIO-NIC** (prepracovaná konštrukcia, kombinácia materiálov, štruktúr a hrúbok zabezpečuje dokonalý strih a rôzne zóny zamerané na odvádzanie potu, ohrievanie, chladenie...). Vlna vďaka modernému spracovaniu vlákien neškriabe a je príjemná na dotyk. Je ideálna na každodenné nosenie a pre väčšinu outdoorových aktivít, ktoré trvajú dlhšie (turistika, horolezectvo, viacdňový skialpinizmus, expedície...). Z výrobcov odporúčame inovatívny novozélandský **ICEBREAKER** (táto firma sa asi najviac zaslúžila o znovuoobjavenie vlny) alebo nórsky **Devold**, ktorý používali na svojich výpravách aj legendárni polárnici ako Nansen a Amundsen už od roku 1888!



Nohy v teple

Ak hovoríme o spodnom oblečení, nesmieme zabudnúť na ponožky. Už naši dedovia vedeli, že v zime treba mať nohy a hlavu v teple... a my dodávame, že aj v suchu. A ak pri oblečení bojuje syntetika s vlnou, tak pri ponožkách na zimné použitie môžeme povedať, že vlna vyhrala. Vďaka moderným technológiám a pridaním syntetických materiálov (ktoré zabezpečujú elasticitu a zlepšujú mechanickú odolnosť) to už dávno nie sú štrikované vyťahané „fusakle“, ktoré sa po prvom vypraní zbehli o dve čísla.

Pri výbere si treba uvedomiť, že hrúbka ponožky neznamená len teplo, ale hlavne prispôbenie obuvi našej nohe. Hrubšia ponožka dokáže vyplniť prebytočný objem v topánke a obmedzí nežiaduci pohyb chodidla. To je dôležité hlavne pri topánkach na zimnú turistiku a horolezectvo, ktoré mávajú voľnejší strih ako letné. Naopak ak chceme mať dokonalý cit a kontakt, napríklad v lyžiarkach, volíme čo najtenšie ponožky. Na zvýšenie komfortu pri lyžiarskych podko-



lienkach je samozrejmosťou zmäkčená zóna v oblasti holennej kosti.

Kvalitnú ponožku poznáte okrem zloženia materiálov i podľa toho, ako vyzerá rub. Nemali by tam trčať nite, slučky by mali byť úhľadné a šitie takmer neciteľné. Lídom medzi svetovými výrobcami je americká firma **TEKO**. Ponožky tejto značky vynikajú dokonalým strihom a vysokým obsahom vlny. Sériu Clasic je pletená sendvičovou metódou, takže v kontakte s pokožkou je vlna a na povr-

chu syntetika zabezpečujúca dlhú životnosť. **Model Expedition** obsahuje až 83 % vlny a patrí medzi najteplejšie ponožky na trhu! Zo syntetických ponožiek sa tešia veľkej obľube konštrukčne prepracované **X-SOCKS**.

Viac informácií nájdete aj na:
www.tekosocks.com
www.devold.cz
www.icebreaker.com
www.x-bionic.com
www.x-socks.com

Sloboda na lyžiach

Freeride, off-piste, horse-piste alebo Variantenfahren sú názvy, ktoré pre mnohých môžu znieť novo, pre nás však znamenajú stále to isté – lyžovanie vo voľnom lyžiarskom teréne, čiže mimo vyznačených lyžiarskych trás. Môže to byť len pár metrov od zjazdovky, alebo našej jazde v panenskom púdrí bude predchádzať niekoľkohodinový skialpinistický výstup, v tom najlepšom prípade krátky, ale o to príjemnejší let na helikoptére.



Hoci freeride nie je extrémne lyžovanie, každý, kto sa rozhodne opustiť zjazdovku, by mal byť skúsený lyžiar = vláadne paralelný oblúk na čiernej zjazdovke, minimálne 5 oblúkov bez prerušenia. Lyžiar-freerider nelyžuje len v páperovom prachovom snehu, ale aj v podmienkach, ktoré sú často omnoho náročnejšie – prmrznutý firn, ľadová kôrka alebo ak širšie pláne vystrieda hustý les. Okrem toho, že freerider je excelentný lyžiar, od ostatných na zjazdovkách sa odlišuje i svojím výstrojom.

Lyže sú v porovnaní klasickými zjazdovými širšie a dlhšie, pritom každá značka ponúka allround i freeride lyže a tiež lyžiarky sú oproti štandardným o čosi nižšie, resp. mäkkšie. Prílabu by mala byť

dnes samozrejmosťou aj na zjazdovkách, ale pri freeride je to absolútna povinnosť. Keďže sa pohybujeme vo voľnom teréne, kde neustále hrozí lavínové nebezpečenstvo, aj keď minimálne, nikdy nezabúdame na lavínový vyhľadávač. Dbáme na to, aby bol správne zapnutý a kontrole prístrojov venujeme každý deň náležitú pozornosť! Ďalej nesmieme zabudnúť pribaliť do nášho batohu lavínovú sondu a lopatku. Vyhľadávač, sonda a lopatka tvoria základný výstroj, bez ktorého nikdy freeride nejazdíme. Okrem základnej výbavy poznáme rôzne bezpečnostné systémy, ako je sú napríklad ABS batohy (niečo ako batoh vybavený airbagom), Avalung a rôzne iné, ktoré na rozdiel od základného výstroja nie sú povinné.

Zvýšenú pozornosť musíme venovať aj samotnému výberu miesta nášho zjazdu: Zistíme, koľko snehu napadlo za posledný týždeň, aká bola sila a aký bol smer vetra, aké teploty, akú má orientáciu môj zjazd atď. – toto všetko vplýva na vývoj lavínovej situácie. Stupeň lavínového rizika, ktorý uvádza Horská služba, je orientačný, preto sa odporúča odborná pomoc od horských vodcov alebo lyžiarskych vodcov. Nielen preto, že vám vedia poradiť, ako dodržať maximálnu bezpečnosť, ale aj kvôli dokonalnej znalosti terénu a výberu tých najlepších zjazdov v danej oblasti.

Na Slovensku máme niekoľko lyžiarskych stredísk, kde freerideri môžu opustiť zjazdovky a vydať sa do voľného terénu – freeridového areálu, ktorý je vyznačený na mapách. Asi najznámejší je Chopok – z južnej strany môžeme jazdiť na širokých pláňach, z ktorých prejdeme do riedkych lesov. Na druhej severnej strane nám ponúka obrovské množstvo žlabov, od extrémne strmých s rôznymi skokmi až po príjemné, plytšie. Výhoda Chopku je prepojenosť juh–sever vlekmí, teda minimum šliapania. Ďalšia vyhľadávaná lokalita je Lomnické sedlo. Tam však platia ešte striktnejšie obmedzenia pohybu v teréne ako na Chopku. Ale pri dobrých snehových podmienkach poskytuje rozmanité terény, kde si určite každý vyberie. Nemali



by sme zabudnúť ani na Štrbské pleso – Solisko, kde si môžeme zlyžovať niektorý zo žlabov smerujúcich do Mlynickej doliny. Pre milovníkov riedkych lesov treba spomenúť Vrátnu dolinu – zjazdy z Fatranského Kriváňa alebo Poludňového grúňa. Aj menšie strediská, ako je napríklad Čertovica so svojimi strmými lesmi, nám ponúkajú zaujímavé freeridové sekcie.

Oveľa väčšie možnosti sú v Alpách s množstvom regiónov vhodných na freeride, ale ani tu nesmieme zabúdať na pravidlá, ktoré tam platia. Rakúsky Krippenstein, Hintertux, St. Arlberg, Isgel a samozrejme mnohé iné strediská ponúkajú pestrú paletu zjazdov pre každého. Medzi najpopulárnejšie oblasti v Európe patria Savojské a Walliské Alpy. Tu nájdeme veľa lyžiarskych centier ako stvore-



ných na freeride, ktoré ponúkajú aj netradičnú formu lyžovania - Hellingking. Zermatt, Gressoney, Aosta, Verbier sú strediská, kde sa dá s prenajatým vrtuľníkom vyletieť na niektorý z okolitých alpských štítov a potom už len vychutnávať pôžitok z úžasných zjazdov. Okrem tohto luxusu nám tieto lokality poskytujú takmer neobmedzené možnosti na freeride. Príkladom je Verbier s výšou 300 kilometrami lanoviek a nespočtým množstvom zjazdov pre každého lyžiara, nielen freeridera. Nehovoriac o možnosti kombinovať krátke skialpinistické výstupy s úžasnými a extrémne dlhými zjazdmi.

Horský a lyžiarsky vodca **MICHAL SEKELSKÝ**



V predajni **YAK&RYSY** na **Košickej ul. 37/M** v Bratislave nájdete výber freeridového vybavenia týchto značiek :

Lyže – **BLACK DIAMOND, K2, VÖLKL**

Topánky – **SCARPA, SALOMON, DYNAFIT, GARMONT, BLACK DIAMOND**

Viazania – **DIAMIR, MARKER**

MAKING SKIS FOR BUNDS LIKE YOU!




WWW.K2SKIS.COM





MARKER

TOUR F10
TOUR F12

Rovnako ľahké ako pevné! Princíp konštrukcie je založený na dobre overenom dizajne viazání Duke a Baron, ale s optimalizovaným pomerom váhy a výkonu. Vyznačujúce sa úplne novou Triple Pivot Compact Toe (kompaktná špička) a Hollow Linkage Heel (päta spojená dutou oskou). Toto viazanie je vhodné pre skialpinistu, ktorý neakceptuje žiadne kompromisy, pokiaľ ide o hmotnosť, zaobchádzanie a spoľahlivosť.



135/102/121



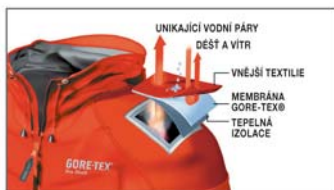
F O R L I F E

PEOPLE / PRODUCT / PLANET™



ALPINIST JACKET

Vlajková loď naší GORE-TEX® Pro Shell řady. Je vyrobena z celostretchového materiálu a disponuje spoustou technických detailů. Vhodná pro všechny extrémní outdoorové sporty.



GORE-TEX® Pro Shell

- Splňuje požadavky outdoorových profesionálů i sportovních nadšenců
- Navržen pro použití v náročných a extrémních podmínkách
- Mimořádně odolný, vysoce prodyšný, trvale nepromokavý a větruvzdorný
- Speciální membrána GORE-TEX® je slaminována s odolnou vnější textilií a speciálně vyvinutou pevnou podšívkou



www.marmot.eu