

Zprávičky ze čtvrtého dne na Monínci – 23. 2. 2017

Dnes je krásný den, od rána se snaží sluníčko proniknout mraky a občas se mu to daří. Snídaně byla opět bohatá a každý si vybral, na co měl chuť. Po snídani jsme šli hned na lyže. Přípravu – oblékání, obouvání a kontrolu vybavení již zvládáme bravurně a nic nás nezdržuje, jsme rychlí, protože se moc těšíme na velkou sjezdovku.

Opět došlo k několika přestupům z družstva do družstva, ale vždy tak, aby v každém družstvu bylo deset dětí.

Lyžaři z družstva Káji a Marty dnes již mohli bez problémů po zopakování pravidel začít jízdou na velké lanovce. Ta jízda to je tedy paráda! Již zvládají jízdu tak, že mohli začít trénovat jízdu v hadovi za sebou a při tom se snažili eliminovat pluh. Již se nebojí (za veliké podpory Karla i Marty) žádných terénních nerovností a několikrát si svah sjeli jako živý slalom. Milí rodičové, jsme prostě šikulky ☺

I pokročilejší se stále zdokonalují a již mohou začít trénovat i náročnější lyžařské techniky- jízdu šikmo svahem, odšlapování ke svahu, držení holí při jízdě a držení stopy (špagety) a zvládají i jízdu po spádnici i s krátkými oblouky.

Nejzkušenější lyžaři měli dnes za úkol se seznámit a procvičovat si carvingový oblouk – bylo to trochu náročné, ale zvládáme to. Také jsme si zkoušeli jízdu pozadu, otočky doleva. Na odpočinek jsme si zajezdili volné jízdy s tím, že jsme si vždy nahoře na svahu řekli, kde na sebe počkáme. Paní instruktorky nás moc chválí, že je posloucháme a že se na nás mohou spolehnout. Také proto jsme si ještě vyzkoušeli jízdu v hadovi a jízdu tunelem na nerovném terénu. Dnes dopoledne jsme se všichni vrátili do chaty hodně unavení, ale šťastní, že jsme tak dobří a stále chválení – to se nám moc líbí ☺

Kdo měl hlad, tak si ještě před obědem dal jablko, a pak už jsme měli odpočinek na pokojích. Ale samozřejmě, že se vždy musíme postarat o své prádlo a dát ho usušit, rozvěsit, abychom se odpoledne oblékali do suchého. Malé děti to ještě úplně nezvládají, tak jim paní učitelky pomáhají a nás starší již mohou jen zkontrolovat a pochválit ☺ . K obědu byla nudličková polévka s kuskusem a druhé byl hovězí guláš s vřetánky.

A protože jsme dopoledne vydali hodně energie, měli jsme po poledním klidu zase hlad, tak nám paní učitelky daly svačinku – super bublaninu – kuchaři snad museli navštívit dvanáct měsíčků, protože v ní byly borůvky, maliny a snad i rybíz.

Družstvo Karla odpoledne začalo opakováním jízdy za sebou a eliminací pluhu – a to nám již šlo. Takže jsme se začali učit smýkavý oblouk, jízdu s úzkým postojem a již se snažíme i eliminovat otáčení ramen. Všichni jsme se již pokusili o překonávání terénních nerovností přeskočením a hele, ono to jde a baví nás to ☺

Míšíno družstvo si ztížilo překonávání terénních nerovností ještě jízdou tunelem, jízdou do trychtýře - podjíždění. A již jsme se začali připravovat na zítřejší závody ve slalomu. Na závěr jsme si vyzkoušeli jízdu ve čtveřicích a zahráli hru na lyžích – Lavinu.

Družstvo Nikoly se odpoledne soustředilo hlavně na slalom – vyznačili jsme si po celé délce horní části sjezdovky až k nástupu na kotvy slalomovou dráhu kuželíky a již jsme frčeli. Také jsme si procvičovali a upevňovali dovednost carvingového oblouku, jízdu na nerovném terénu a pak již jsme si užívali pod dohledem bystrých očí paní instruktorek, které nás upozorňovaly na chybičky, volnou jízdu po svahu.

U chaty jsme si pak ještě zařídili (kdo chtěl) na malé sjezdovce jen bez lyží v zimních botách klouzání po zádech i po břiše, po hlavě i po nohách a dokonce i na sněhových vlnách – to byla bezva zábava, protože svah byl jen pro nás a žádní lyžaři tam již nebyli.

Po svačině jsme se opět museli jít učit a po večeři – kuřecím řízkem s bramborovou kaší a okurkou opět dokončení práce v sešitech. Paní učitelky nás obcházely a pomáhaly nám a jiné paní učitelky s Karlem připravovali a domlouvali zítřejší závody.

V klubovně jsme si pak rozlosovali čísla na závody jednotlivců v rámci družstev a seznámili jsme se s pravidly závodů. Paní ředitelka nám pak řekla, jak bude probíhat příprava na odjezd a nakonec nám paní učitelky s Karlem zazpívali Dobrú noc má milá, dobrú noc. DRŽTE NÁM ZÍTRA PĚSTI PŘI ZÁVODECH! A na viděnou! KOLEM TŘETÍ HODINY ODPOLEDNE ! ☺