

# ZAJĘCIA SPORTOWE

*Świetlica On-line*

---

## Nietypowe sporty zimowe

1. Fat biking – jazda na rowerze z nietypowymi kołami



Duże ogromne opony z pewnością przypadną do gustu entuzjastom jednośladów. Jazda na rowerze zimową porą to dla wielu osób „mission impossible”, co nie zmienia faktu, że odważnych nie brakuje. Bezpieczeństwo i komfort nawet w największe śnieżyce? Brzmi jak absurd, ale to prawda. Rower tego typu przystosowany jest do jazdy nawet w najtrudniejszych warunkach, dzięki czemu błyskawicznie podbił amerykański rynek. Co więcej, powstaje również wiele miejsc, w których bez najmniejszego problemu można go wypożyczyć. Czas, aby jazda na rowerze zimą również zakorzeniła się w Polsce.

## 2. Ice boating – ślizganie bojerem



Żaglówki wyposażone w płozy? Brzmi jak szaleństwo, ale w rzeczywistości to zapowiedź wspaniałej zabawy, tym bardziej, że marynarze zapewniają, iż można osiągnąć prędkości nawet do 150 km/h! Adrenalina gwarantowana.

### 3. Biathlon – biegaj na nartach i strzelaj



Myślę, że tego sportu przedstawiać nikomu nie muszę. Biathlon to dyscyplina olimpijska, która łączy biegi narciarskie ze strzelectwem. To niezwykle wymagająca konkurencja, w której nie ma miejsce na kalkulowanie i błędy (a jeśli już się pojawią, to trzeba za nie słono zapłacić). Biathlon jest popularną dyscypliną w Niemczech, Rosji, Włoszech i części Skandynawii.

## 4. Cross-country skiing – biegi narciarskie



Kolejną aktywnością, która urozmaici śnieżną zabawę jest bieganie na nartach. Wyposaż się w kijki, znajdź odpowiednią trasę i ruszaj. Biegi narciarskie są popularne w krajach z rozległymi zaśnieżonymi terenami, głównie w północnej Europie oraz Kanadzie. Popularność tej aktywności rośnie w niewiarygodnym tempie także w Stanach Zjednoczonych, Rosji, Polsce i krajach Europy Środkowej.

## 5. Curling – szachy na lodzie



Curling to dyscyplina olimpijska, której rozgrywka toczy się na prostokątnej tafli lodu. W rywalizacji biorą udział dwie drużyny liczące po 4 zawodników. Do gry używa się kamieni, które są wypuszczane na lodzie w kierunku celu zwanego domem. Poziomą umiejętności, precyzją i złożonością wykonywanych zagrań oraz odpowiednią strategią sprawiają, że curling jest nazywany „szachami na lodzie”, co nie oznacza, że brakuje w nim nagłych zwrotów akcji.

## 6. Snowkiting – surfing na nartach lub desce



To zimowa odmiana kitesurfingu, która dopiero raczkuje, co nie zmienia faktu, że rozwija się bardzo szybko i jest niezwykle atrakcyjna. Połączenia latawca pociągowego ze snowboardem lub nartami wydaje się być nietuzinkowym rozwiązaniem. Co więcej, do uprawiania snowkitingu potrzebny jest wiatr oraz duża otwarta przestrzeń pokryta śniegiem lub lodem. Latawiec będący siłą napędową snowkitera jest najczęściej wpięty w uprząż i znajduje się zwykle w odległości dwudziestu kilku metrów. Do sterowania latawcem służy drążek sterowniczy lub manetki.

## 7. Snow polo – śnieżne polo



To zmodyfikowana wersja tradycyjnego Polo, która od swojego krewnego zdecydowanie różni się klimatem rozgrywki. W końcu, mecze rozgrywane są na śniegu, co nie zmienia faktu, że emocji nie brakuje. Aspen w Kolorado każdego roku jest gospodarzem Mistrzostw Świata w tej dyscyplinie. Każdego roku Snow polo zyskuje coraz więcej miłośników z różnych zakątków świata.

## 8. Snowshoeing – rakiety śnieżne i bieganie



Jeżeli bieganie w zwykłych butach treningowych po śniegu przerasta Twoje możliwości, to powinieneś koniecznie zaopatrzyć się w rakiety śnieżne, które zapewnią Ci należyte bezpieczeństwo podczas aktywności fizycznej. Długie spacerunki lub biegi z pewnością będą miały pozytywny wpływ zarówno na Twoje zdrowie, jak i sylwetkę. Co ciekawe, w Stanach Zjednoczonych regularnie odbywają się oficjalne zawody w tej dyscyplinie.



## 9. Skijoring – na narty z psami



Naszą listę zamyka sport, polegający na wyścigu narciarzy ciągniętych przez zwierzęta (zazwyczaj konia lub psi zaprzęg). Skijöring był dyscypliną pokazową na II Zimowych Igrzyskach Olimpijskich rozgrywanych w St. Moritz w 1928 roku. Zawody w tej dyscyplinie popularne są zarówno w Europie (m.in. w Polsce i Szwajcarii), jak i w Ameryce Północnej (Kanadzie).