

6-9 LET

# Matějídouška

NEJOBLÍBENĚJŠÍ ČASOPIS

ŠKOLÁKŮ | ÚNOR 2019 | 36 Kč



JÓGOVÁNÍ  
CESTUJ A CVIČ

TAKIN ČÍNSKÝ  
TAK TROCHU  
JINÁ OVCE



SKIBOB  
LYŽOVÁNÍ  
VSEDE



TÉMA  
ZÁKULISÍ  
POČÍTAČOVÝCH  
HER

DREAMWORKS

JAK VYCVIČIT

# DRAKA 3



FILM  
LEGO® PŘÍBĚH 2



POKOJÍČEK SNŮ  
JAK BYDLÍ  
VIKING?



AUŤÁCI KOMIKS A VYSTŘIHOVÁNKA  
TVOŘENÍ VYROB SI MAPU VIKINGA



# SKIBOBY: LY

Jediný sport, při kterém zároveň lyžuješ, sáňkuješ

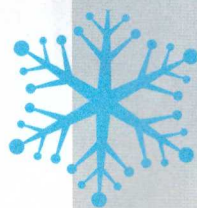
TEXT ŠÁRKA KUBCOVÁ • FOTO ISTOCK, PROFIMEDIA, SHUTTERSTOCK, ARCHIV ČESKÉHO SVAZU SKIBOBISTŮ

**S**kiboby jsou zimní sport, provozovaný na sjezdových či slalomových tratích. Závodník se snaží projet trať v co nejkratším čase. Skibob je takové „jízdni kolo“, které má místo kol krátké lyže. Ty má i jezdec na nohou. Skiboby se objevily v 19. století, patentovat si je nechal Američan J. C. Stevens v roce 1891.

## OD ŠESTI LET

Naše republika patří k největším velmocem tohoto sportu. Nejúspěšnější závodnicí historie je Alena Housová, která během své kariéry získala třicet titulů mistryně světa! A k tomu desetkrát vyhrála Světový pohár. Pokud bys chtěl ve skibobech závodit i ty, můžeš se přihlásit do specializovaného oddílu. Podmínkou je, aby ti bylo nejméně šest let. Jde o to, abys měl určitou fyzickou vyspělost a sílu. A samozřejmě je velkou výhodou, pokud už umíš lyžovat.

**ZÁVODÍ SE STEJNĚ JAKO NA LYŽÍCH: VE SJEZDU, SLALOMU, OBŘÍM SLALOMU A SUPER G.**



## LYŽAŘSKÉ DISCIPLÍNY


Protože oddíly mají v jednotlivých kategoriích méně závodníků, trénují holky i kluci dohromady. V zimě jezdí na stejných tratích jako lyžaři, disciplíny jsou také stejné, například sjezd, slalom... V létě pak jako u všech zimních sportů přichází takzvaná suchá příprava. To znamená, že budeš trénovat venku a v tělocvičně. Podzimní příprava může probíhat na ledovcích. Velkou výhodou je, když se jako skibobista budeš věnovat ještě nějakému doplňkovému sportu. To platí ale pro všechny sportovce obecně.

# VŽOVÁNÍ VSEDE

eš a ovládáš říditka jako na kole!



## KOLIK TO STOJÍ?

Skibob ti oddíl zapůjčí a částečně přispěje i na lyže. Za jeden pár utratí tví rodiče 4000 Kč, potřebovat ale budeš dva páry. Příprava, která probíhá na sjezdovkách, s sebou nese náklady na vleky a samozřejmě je také třeba vložit peníze do oblečení a lyžáků. Na webu Českého svazu skibobistů ([www.skiboby.cz](http://www.skiboby.cz)) najdeš odkazy na kluby. Další informace najdeš třeba na [skibob.jablonec-krkonose.cz](http://skibob.jablonec-krkonose.cz) 



## PRACUJTE S DĚTI

Užijte si legraci a zároveň se zkuste přiblížit pocitům, které zažívá při sjezdu skibobista. Opatrně sjíždějte mírný kopec na sáňkách a mějte při tom na nohou igelitové sáčky. Nebo si ke každé noze připevněte plastové víko – třeba od pracího prášku nebo barvy na malování.

SKIBOBY JSOU  
NEJÚSPĚŠNĚJŠÍM  
ČESKÝM  
NEOLYMPIJSKÝM  
SPORTEM.