

Jaka długość kijów do Skike?

Autor: ALFerr - 03/12/2014 22:23

Jestem niemal zdecydowany na zakup swoich Skików. Pytanie odnośnie kijków. Jakiej wielkości kijki powinien dobrać do swojego wzrostu?. Jestem trochę niewyrośnięty i mierzę 165cm, produkują kijki dla takich maluchów jak ja ? 🍌

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: Michał Rolski - 03/13/2014 09:13

Do wzrostu 165 cm kije o długości 155 cm są zdecydowanie za długie. Dobry jest wzór: wzrost * 0,9. Najlepiej stań na podłodze w normalnych butach, czy kapciach i zmierz odległość od podłogi do brody. To będzie właściwa długość dla Ciebie.

Ja sam używam do nartorolek już teraz trzeci sezon kijków teleskopowych Skike. Uważam, że to dobrze zainwestowane pieniądze. Mam jedne kije do łyżwy, klasyka i imitacji. Łatwiej mi je też transportować. Mimo, że przejechałem z nimi już kilka tysięcy kilometrów, zmieniam tylko końcówki jak w każdych i ostatnio musiałem uchwyty, bo się kompletnie wytarły. Same trzonki kijków są dla mnie super.

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: MartenSE - 03/13/2014 10:36

dar0850 napisał(a):

A po prawie roku jeżdżenia i te dłuższe wydają mi się za krótkie.

Sam przecież piszę, że te dłuższe, także są za krótkie.

Dobry jest wzór: wzrost * 0,9. Najlepiej stań na podłodze w normalnych butach, czy kapciach i zmierz odległość od podłogi do brody. To będzie właściwa długość dla Ciebie.

Ja akurat kiedyś korzystałem z tego kalkulatora do wyliczania długości kijków i wyliczenia te w moim przypadku sprawdzają się idealnie.

www.xskating.com/Proper-Pole-Length: :5555.html

Przy moim wzroście 177cm:

-do klasyka stosuję kije od długości 150cm-idealna wysokość.145cm odczuwalnie za nisko a 155cm stanowczo za wysoko.

-do skike(pożyczonych) stosowałem kije o długości 165cm.Dobrane były idealnie i czułem się komfortowo.

Co do teleskopowych kijów, to może są one dobre dla innych użytkowników ale nie dla mnie.Ja osobiście uwielbiam, sztywne i przede wszystkim lekkie kije o 100% zawartości karbonu.

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: Alicja - 03/13/2014 10:51

Wzór jest umowną rzeczą. Zobaczcie na zawodników z elity - pewnie każdy ma inną długość kijów przy podobnym wzroście, tak jak lubi. Nawet nasza polska mistrzyni mówiła kiedyś w jakimś filmiku doradzając długość kijów do łyżwy, że ona ma dużo dłuższe niż się stosuje zazwyczaj, bo specyficznie pracuje ramionami. Zresztą pewnie inne ma na podbieg w Alpe Cermis, a inne do sprintów na płaskim.

Osoby, które mają poprawną technikę mają również swoje indywidualne preferencje. Z butami podobnie, jeden lubi szersze, inny bardziej dopasowane, z większym luzem, itp.

Wzór ma podpowiedzieć początkującym, którzy własnych preferencji jeszcze nie mają od czego zacząć. I tu autorytety mówią to samo - kije nie mogą być za długie.

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: Michał Rolski - 03/13/2014 12:00

MartenSE napisał(a):

Ja akurat kiedyś korzystałem z tego kalkulatora do wyliczania długości kijków i wyliczenia te w moim

przypadku sprawdzają się idealnie.

www.xskating.com/Proper-Pole-Length: :5555.html

Już wiem, skąd mogą się brać te różnice. Niektórzy sądzą, że na nartorolki kije powinny być dłuższe o 5 cm niż na narty biegowe, bo stoi się 2-3 cm wyżej. Ale zapominają, że końcówki w kijach się nie wbijają, a na śniegu te kilka centymetrów kij się zawsze wbije. Policzyłem, że ten kalkulator co podajesz dodaje właśnie 5 cm do wzoru $wzrost * 0.9$. Stąd ten błąd.

Zobaczcie co o dobieraniu kijów mówi Mariusz Michałek - czwarty zawodnik Mistrzostw Świata na nartorolkach:

www.nartorolki.pl/Trening-i-technika/Fil...wy-i-lyzwowanie.html

Film w okolicach 55 sekundy.

Tę długość, którą pokazuje Mariusz, to stojąc butami na ziemi. Stając na nartorolkach oczywiście kije będą sięgały niżej.

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: Matek - 03/14/2014 08:50

Najczęściej wzór się sprawdza, ale myślę że najlepiej po prostu zmierzyć wymiar, stojąc na podłodze tak gdzieś do brody.

A druga sprawa, to trzeba też pamiętać, że na rolkach i nartorolkach terenowych stoi się wyżej niż na klasycznych nartorolkach ze względu na większe koła. Zawsze to kilka cm różnicy jest.

=====

Odp: Jaka długość kijów do Skike?

Autor: Michał Rolski - 03/14/2014 10:11

No tak, może ze 2 cm wyżej się stoi 🧐

Z drugiej strony krok jest krótszy i prędkości niższe, więc nie ma co wydłużać kijów. Za długie kije dają tylko problemy z ich przeniesieniem do przodu, przez to trzeba ciągnąć ręce niepotrzebnie do góry i trudno je wbić w okolicach czubków butów.

=====