

Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: zubi - 08/15/2017 17:12

Witam Was z okolic Zamku Książ, właśnie chciałbym rozpocząć przygodę z rolkami terenowymi/nartorolkami.

Pozdrawiam,

Zubi

=====

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: PiotrP - 08/24/2017 08:51

Witam kolegę zDolnegoŚląska.

Pytanie do Matka.

Mam niewielkie doświadczenie. Jak można to sprawdzić czy końcówka jest zimowa czy letnia. Jeżdżąc czasami kij się ślizga ale nie jest to bardzo dla mnie uciążliwe. Co jakiś czas ostrzę i jest dobrze.

=====

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: Matek - 08/24/2017 09:02

PiotrP napisał(a):

Pytanie do Matka.

Mam niewielkie doświadczenie. Jak można to sprawdzić czy końcówka jest zimowa czy letnia. Jeżdżąc czasami kij się ślizga ale nie jest to bardzo dla mnie uciążliwe. Co jakiś czas ostrzę i jest dobrze.

Pierwsze co, to z reguły widać już po kształcie choć nie zawsze) i ich kolorze (samego ostrza). Zimowe często mają kolor ostrza wpadający w srebrny i dość często plastik zintegrowany ze sporym talerzykiem. Letnie mają ciemny odcień metalu i z reguły dłuższą końcówkę o ostrzejszych krawędziach, a plastik rzadko kiedy ma daszek, jeśli już to niewielki.

Wiadomo, stępieniu ulegają również letnie, ale z reguły wolniej niż zimowe.

=====

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: zubi - 08/24/2017 09:23

Ustawienia hamulców testuję. Po chwili jazdy trochę je podniosłem, ponieważ za bardzo hamowałem. Myślę, że to kwestia pewności jazdy. Na pewno "zatrybiłem" hamowanie z górki z wysuniętą jedną (u mnie prawą) nogą. W mojej okolicy hamowanie to podstawa - dookoła podjazdy i zjazdy 🙄

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: Matek - 08/24/2017 10:57

W skikach najprościej hamulce można ustawić następująco (przyda się druga osoba do pomocy):

1. Poluzowujesz zaciski w hamulcach.
2. Stojąc w rolkach, na lekko ugiętych nogach w pozycji do jazdy, druga osoba dociska płytki hamulcy do koła.
3. Prostujesz nogi w kolanach, płytki hamulca dociskają się do koła.
4. Uginasz ponownie kolana w pozycji do jazdy. Płytki hamulca są podniesione do właściwej pozycji do hamowania i kiedy jedziesz we właściwej pozycji na lekko ugiętych kolanach, nie hamują koła podczas jazdy, natomiast podczas hamowania dwoma hamulcami poprzez odchylania ciała do tyłu, szybko reagują na docisk.
5. Druga osoba dokręca zaciski hamulcy. Dobrze jest je potem jeszcze skrócić "na maksa" podczas hamowania działają tak duże siły, że jak skrócisz za lekko, mogą się trochę przesunąć jeśli będą za lekko skręcone.

Tylko pamiętaj: prostowanie kolan służy tylko do ustawiania hamulcy - **NIGDY** tak nie hamuj, ponieważ przy dużej prędkości polecisz do przodu! Hamowanie dwoma hamulcami odbywa się tylko poprzez odchylenie ciała do tyłu mając kolana ciągle lekko ugięte. Można też oczywiście hamować jedną rolką tzw telemarkiem. Wtedy można hamulec rolki hamującej podnieść trochę wyżej, żeby móc nogę wysunąć bardziej do przodu podczas hamowania.

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: zubi - 08/24/2017 17:23

O hamowaniu na prostych kolanach już się przekonałem osobiście. Co prawda nie przewróciłem się, ale było blisko. Na jakimś filmiku na YouTube gość z Holandii pokazywał hamowanie na prostych kolanach i dziełem się, co robię nie tak. Ale widziałem, żeby tak nie robić.

=====

Odp: Cześć z zDolnegoŚląska

Autor: PiotrP - 08/24/2017 19:52

Moje pierwsze doświadczenie z ostrzejszym hamowaniem też może być wskazówką na co uważać. Przy dość stromym zjeździe po prostu trochę się przestraszyłem, że za szybko jadę jak na moje umiejętności i doświadczenia, zaczynam hamować ale hamulce nie reagują jednocześnie i niebezpiecznie zaczynam skręcać, w kierunku rolki hamującej, odpuściłem hamowanie i zaraz ponowiłem ale delikatniej, tak aby oba hamulce złapały jednocześnie. Szczęśliwie nic się nie stało złego, nie było to hamowanie wymuszone sytuacją na drodze.

=====