Nartorolki do klasyka do treningu uzupełniającego dla kolarza

Autor: Marriu - 10/12/2018 20:47

Witam wszystkich! Jestem nowy na forum.

Od razu do rzeczy. Jestem kolarzem amatorem, trenerem kolarstwa. Umiem jeździć na nartach zjazdowych i biegowych klasycznych. Z racji miejsca zamieszkania (Mazury garbate - Ełk) nie mam tutaj zbyt wielu mało uczęszczanych i dobrych asfaltów nadających się na nartorolki klasyczne (tzn. tak myślę) ani też zbyt wiele tras do biegówek klasycznych a tym bardziej do stylu łyżwowego. Mamy trasy jedynie wyślizgane przez nas samych, totalnych amatorów. Jest nas tutaj sporo, ale głównie wszyscy to klasycy i tylko zimą.

Ja "łyknąłem" bieganie na nartach w Norwegii i tak mi się to spodobało, że jest to mój drugi w kolejności sport zimowy (pierwszy zawsze rower, tj przełajowy lub szosowy). Nie lubię biegać na nogach, za to uwielbiam na nartach o ile jest śnieg.

Stąd pytanie: w co lepiej "wejść": nartorolki klasyczne czy łyżwowe? Mam mnóstwo terenów z byle- jakimi asfaltami, solidnymi i rzadko uczęszczanymi szutrami w lesie. Zimą robimy tam trasy na biegówki klasyczne, na łyżwowe nie ma szans. NIe znam się kompletnie na nartorolkach. Mam buty i tylko 3 pary nart do biegówek klasycznych, ale chętnie posłucham, co lepsze i czy są nartorolki nadające się do jazdy stylem klasycznym po szutrze i byle jakim i dziurawym asfalcie? Chcę ten sport traktować jako trening uzupełniający do kolarstwa zamiast biegania na nogach zimą. Chodzi więc o długie, 30-50 km treningi w spokojnym, "tlenowym" tempie, bez sprintów i szaleństw.

Pozdrawiam i czekam na uwagi. Proszę o wybaczenie, jeśli pomyliłem jakieś pojęcia.

==========

Odp: Nartorolki do klasyka do treningu uzupełniającego dla kolarza

Autor: dracono - 10/31/2018 13:05

Marriu napisał(a):

O super!

No tak, na zjazdówkach tez jeżdżę,

Docelowo aby było w pełni prawilnie po nordycku tak jak cała reszta (biegówki i nrolki) to na zjazdówkach pięta też musi być wolna

Marriu napisał(a):

A na podjazdach owszem potrenuję.

Zjazdach... na zjazdach teletasowanie, na podjazdach naprzemiennym ostry... podczłap

==========

Odp: Nartorolki do klasyka do treningu uzupełniającego dla kolarza

Autor: Marriu - 10/31/2018 13:20

_____

Docelowo aby było w pełni prawilnie po nordycku tak jak cała reszta (biegówki i nrolki) to na zjazdówkach pięta też musi być wolna

Oj chyba na zjazdówkach pięty nie uwolnię tak szybko, nie wszyscy kolarze zjeżdżają w tej pozycji yout u.be/_kYA7MQPtVE?t=75
(zawodnik nr 111), tzn ja zjeżdżam, ale z wolną piętą na nartach nie zjadę.
Chyba, że na biegówkach, maksymalnie 30 km/h.

==========