

# LYŽAŘSKÁ VÝZBROJ

## Sjezdová výzbroj

### Sjezdové lyže

Carvingové lyže

Po výšku ramen minus 10 cm

Od ramen po nos (pokročilí)

### Sjezdové boty

Se zadním nástupem

Čtyřpřezkové



### Sjezdové vázání

S bezpečnostní špicí a patou

**Nutné nechat seřídít v odborném servisu**



### Sjezdové hole

Pohodlná rukojeť a správná délka

Při stožení v obuvi s nízkým podpatkem: hůl za rukojeť ve svislé poloze, úhel v loketním kloubu 90 stupňů. Můžeme přidat max. 5cm



# Běžecská výzbroj

## Běžecské lyže

Lyže pro klasickou techniku

Délka lyží o 20-30 cm delší než je výška postavy

Začátečníci mohou zvolit lyže se skluznicí opatřenou šupinami

## Běžecské boty

Profil podrážky musí být shodný s výstupkem ve vázání

## Běžecské vázání

Respektuje profil podešve boty

V současnosti existují dva rovnocenné konkurenční systémy NNN od Rottefelly a SNS od Salomonu.



NNN Rottefella



SNS Salomon

## Běžecské hole

Co nejlehčí, co nejméně pružné, anatomicky tvarované rukojeti, lehce nastavitelná délka poutek

Délka holí by neměla dosahovat výšky nad ramenní kloub

