

UVOD

Skijanje je način kretanja po snijegu i sniježnim površinama upotrebom skija. U početku skijanje je služilo kao transport odnosno kao kretanje po snijegu. Kroz XX vijek skijanje je preraslo u jedan od najpopularnijih sportova u svijetu, kako rekreativni tako i profesionalni sport.

Skijanje je u teoriji jednostavno kao i bilo koji drugi sport – spuštanje niz padinu na paru skija. Međutim postoji i mnogo više od toga što vam se može učiniti dosta komplikovano i teško, posebno onog trena kada se po prvi put sretnete sa skijaškom opremom i stanete na skije.

U ovom priručniku ćemo vas upoznati sa samim osnovama skijanja i uspješnog učenja ovog “olimpijskog sporta” kao što su pravilan izbor skija, pancERICA (skijaških cipela), odjeće za skijanje, prvih koraka na snijegu, razvijanje tehnika skijanja i produbljanja skijaškog znanja.

