

Zostań królem stoku narciarskiego.



Poradnik dla początkujących.

Oglądasz z zachwytem zdjęcia znajomych ze stoków narciarskich, którzy każdego roku zasypują nimi swoje profile społecznościowe? Marzysz o tym, by wyjechać razem z nimi, wpiąć narty lub deskę snowboardową i być częścią takich wypraw? Przedstawiamy krótki poradnik, jak tego dokonać.

Zadbaj o kondycję

Nauka jazdy na nartach lub snowboardzie zdecydowanie sprawniej przychodzi tym, którzy dbają o swoją kondycję. Jeśli dopiero rozpoczynasz swoją przygodę z nartami, zacznij od tego, aby aktywność fizyczna była dla Ciebie regułą, a nie wyjątkiem. W pracy nad sprawnością ciała może pomóc regularna gra w tenisa, squasha lub bieganie.

Wybierz szkółkę narciarską

Kiedy już wzmocnisz swoje nogi, wybierz odpowiednią szkółkę narciarską. Warto zwrócić uwagę na przepustowość stoku i szukać takich miejsc, w których kursanci wchodzi na wyciąg poza kolejnością. Dzięki temu będziesz mógł poświęcić więcej czasu na praktyczną naukę.

Dobierz odpowiedni sprzęt

Poza przygotowaniem fizycznym i dobrym instruktorem, ważny jest też sprzęt. Nie trzeba od razu inwestować w nowe wyposażenie, ponieważ za niewielkie pieniądze cały sprzęt można wypożyczyć na miejscu. W odpowiednim doborze butów, długości nart czy deski snowboardowej z pewnością pomogą pracownicy wypożyczalni.

Dostosuj swój ubiór

Jedynym, o co musisz zadbać sam, to ubiór. Na szczęście na początek nie trzeba wybierać modeli z

górnej półki. Zwykle długie skarpety pod kolano, nieprzemakalne spodnie i wodoodporna kurtka wystarczą do zrobienia imponującego selfie na stoku.

W najnowszym „Logo”, dostępnym w kioskach od 27 października, znajdziesz więcej cennych porad dla początkujących narciarzy i snowboardzistów.

„Logo” to lifestyle’owy miesięcznik dla mężczyzn, którzy dbają o wygląd, uprawiają sport, interesują się nowościami i cenią produkty dobrej jakości. Jako jedyny na rynku zawiera obszerne działy poświęcone męskiej modzie i zasadom stylu. Znajdziemy w nim rubryki poświęcone modzie, gadżetom, nowym technologiom, sportowi, motoryzacji, pielęgnacji, kuchni i alkoholom.

sport, poradnik, czytelnia, narty