



Αλπικό σκι

από την Ακαδημία στο Αγωνιστικό

Κείμενο - Φωτό: ΘΑΝΟΣ ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ

Τια το αγωνιστικό σκι το τέλος κάθε Χιονοδρομικής περιόδου αποτελεί και μια νέα αρχή για την επόμενη Χιονοδρομική περίοδο.

Οι προπονήσεις συνεχίζονται με εναλλακτικές μεθόδους όπως Rollers και ποδήλατο.

Με τη χρήση αυτών των αθλημάτων ο αθλητής διατηρεί σε πολύ καλό βαθμό την αίσθηση του γλιστρήματος, εξασκεί με εναλλακτικό τρόπο τις ισορροπητικές δεξιότητες και προσομοιώνει τις τεχνικές των σκι στα rollers.

Το διάστημα της ενεργητικής μετάβασης από τη μια ski season στην επόμενη, τελειώνει με τη συμμετοχή του αθλητή σε προπονητικό 10ήμερο camp σε Παγετώνα στις Άλπεις.

Αυτό συνήθως πραγματοποιείται το μήνα Αύγουστο.

Κατά τη διάρκεια του Camp οι αθλητές επανακτούν την αγωνιστική τεχνική τους, βελτιώνουν τα τυχόν λάθη τους και ξαναπαίρνουν στον αγωνιστικό στίβο κάνοντας προπόνηση στις πόρτες.

Με το πέρας του πρώτου camp η συνέχεια θα δοθεί στο δεύτερο Camp, αυτό των Χριστουγέννων.

Εκεί, οι αθλητές τελειοποιούν την τεχνική τους στην τεχνική κατάβαση (SL) και στη γιγαντιαία τεχνική κατάβαση (GS), έτσι ώστε με την έναρξη της νέας χιονοδρομικής περιόδου, αρχές Ιανουαρίου, να είναι έτοιμοι να ανταποκριθούν στους αγώνες που προκηρύσσονται από την Ελληνική Ομοσπονδία Χιονοδρομίας.



Η αγωνιστική ομάδα κάθε Συλλόγου ουσιαστικά αποτελεί την κορύφωση μια άλλης δουλειάς που έχει γίνει πολλά χρόνια πριν στις Ακαδημίες εκμάθησης.

Εκεί συνήθως τα περισσότερα παιδιά ξεκινούν σε ηλικία 5 ή 6 χρονών, τα γνωστά σε εμάς "σκιουράκια", πρώτο επίπεδο εκμάθησης.

Περνούν στο δεύτερο επίπεδο, τις "αλεπουδίτσες", σε ηλικία 7 και 8 ετών και φτάνουν στο τρίτο επίπεδο των αετών στα 9 - 10.

Το επόμενο στάδιο είναι το αγωνιστικό, από 11 ετών και πάνω, ή το free style skί, ή γενικά το σκι για διασκέδαση - ski for fun.

Είναι γεγονός ότι μέσα από όλη αυτή την εξελικτική διαδικασία, το σκι, πέραν από θετικές μνήμες και εμπειρίες είναι και παραμένει για κάθε παιδί, το πιο αγαπημένο τους άθλημα και Hobby ζωής.

Εδώ θα θέλαμε να δώσουμε ένα μεγάλο μπράβο σε όλους τους αθλητές τις αγωνιστικής ομάδας του ΕΟΣ Αχαρνών για τις επιδόσεις τους και το αγωνιστικό πνεύμα που επιδείξανε κατά τη διάρκεια της αγωνιστικής περιόδου '15, όπως επίσης και στους μικρούς Χιονοδρόμους της Ακαδημίας, που παρά τις δύσκολες καιρικές συνθήκες, συμμετείχαν ανελλιπώς στις προπονήσεις βελτιώνοντας κατά πολύ την τεχνική τους.

Τέλος να ευχαριστήσουμε τους προπονητές που μετέδωσαν με κέφι και όρεξη τις γνώσεις και τα μυστικά του αθλήματος, που όλοι αγαπάμε.

