

---

# Běh na lyžích přinesl zrakově postiženým nevšední zážitky

---

## Běh na lyžích přinesl zrakově postiženým nevšední zážitky

Na začátku února uspořádalo [Centrum sportovních aktivit zdravotně postižených studentů UK](#) již podesáté kurs běžeckého lyžování pro zrakově postižené studenty a absolventy UK. Kurs se uskutečnil v osadě Jindřichov u Jablonce nad Nisou na chatě Muhu.

Nespornou výhodou chaty je těsná blízkost běžeckých tras sportovního areálu Břízky i možnost příjezdu autem přímo k chatě. Oba tyto faktory jsou pro nevidomé adepty běžeckého lyžování velmi důležité, neboť odpadá složité dojíždění a pěší přesun k běžeckým stopám.

Technické zabezpečení běžeckého areálu pravidelně připravovalo strojově upravené běžecké stopy. Kvalitní běžecká stopa je pro nevidomé klíčová, neboť vytváří vodící linii, která umožňuje klidnou a bezpečnou jízdu na lyžích.

Kursu se zúčastnilo deset zrakově postižených a čtrnáct trasérů a doprovodů z řad studentů a absolventů FTVS UK. Kromě pravidelných účastníků se letos poprvé k týmu přidal i Jaroslav Jelínek z Právnické fakulty UK, který je sice úplný začátečník, během kursu však udělal velké pokroky v klasické technice běhu na lyžích. Ondřej Kodet z Pedagogické fakulty UK, zkušený běžec na lyžích, byl jako student UK na kursu také poprvé, celkem jej však absolvoval již pětkrát. V minulých letech totiž studoval střední školu Aloyze Klára pro zrakově postižené, s níž centrum dlouhodobě spolupracuje. Ve spolupráci s centrem probíhala lyžařská akce Nadace Leontinka pod vedením Petra Millera, která připravila pro všechny účastníky ukázky střelby ze speciální laserové pušky pro biatlon zrakově postižených, kteří tak měli možnost vyzkoušet si základy tohoto nového sportu.

V rámci výcviku se uskutečnilo i několik výletů. Tři kilometry dlouhý a bezpečný sjezd k přehradě do Jablonce, který mají zrakově postižení v oblíbě, protože rychlost na lyžích je hlavně pro nevidomé velkým zážitkem. O kilometr delší výlet vedl do Maxova a jeho vyvrcholením byl přejezd auty ke kapličky na Severáku s následným výstupem na Hrabětickou louku, která má dlouhé a mírné stoupání a vždy perfektně upravené stopy.

Poděkování patří zejména trasérům, protože bez nich by zrakově postižení nemohli prožít lyžování na běžeckých lyžích.