

Alternatywa na lato

Autor: ajgor - 03/04/2011 16:12

Czy ktoś ma jakieś doświadczenia z nartorolkami. Prosił bym o informację.

Pozdrawiam

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: Michał Rolski - 04/19/2011 03:00

Doprawdy nie wiem dlaczego drażni. Was hulajnoga, przecież to taki wdzięczny pojazd ☺
Uznałem ją za ciekawostkę, to opisałem.

Przypominam, że portal nabiegowkach.pl daje możliwość, a nawet zachęca wszystkich, do publikowania tekstów. Zapraszam zatem do pisanie o treningu, nartorolkach i wszystkich innych tradycyjnych narzędziach treningowych. Każdy ciekawy i merytoryczny tekst trafi na stronę główną.

Hulajnogę zostawcie mnie, jeszcze nie raz ją opiszę, bo mi się ona baaardzo podoba ☺

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: teodozja - 04/20/2011 02:49

Będzie nudno i smutno jeżeli forum biegaczy narciarskich zdominuje entuzjasta,

który bardzo lubi hulajnogę .Ale skoro musi. To niech pisze . Jak to mówią

na bezrybiu i rak ryba.

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: ajgor - 04/22/2011 01:08

Witam

Jednak mało ludzi, jak widać, ma doświadczenie z nartorolkami, tylko trzy osoby podjęły temat.

Tak czy inaczej, jak dla mnie ceny rolek są zaporowe, dlatego na razie ograniczam się do biegania.

Może jednak na Moczydło zacząć wypożyczać rolki.

Dzięki za ciekawą dyskusję i informację.

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: Zdiercon - 04/22/2011 17:47

Włączę się 🍌

Padło bardzo dużo fajnych komentarzy. Z punktu widzenia Warszawiaka.

Nartorolki to nie jest problem by dostać. W Warszawie MGB sport na Konarskiego ma i nartorolki klasyk łyżwa dwóch marek i kije specjalne do nartorolek (mocno odblaskowo do poruszania się po drogach).

Warunkiem dobrym jeżdżenia na nartorolkach jest technika! Jeśli jej nie ma to poprostu nie jest łatwo z nart przejść na nartorolki stąd kamyk, nie równość może przeszkadzać, ale na terenach zrobionych pod biegówki dochodzą zjazdy i podbiegi, więc jeśli nie radzimy sobie z nierównościami to łatwiej na zjazdach nam nie będzie 🍌

Są miejsca w Polsce które się rozwijają wiążąc się z biegówkami jak wspomniany Tomaszów Lubelski. W innych miastach też da się to pociągnąć, ale... Trzeba pokazać, że taka inwestycja jest potrzebna w mieście. W Warszawie w niektórych dzielnicach zaczęli w końcu robić ścieżki asfaltowe, bo co raz więcej jest rolkarzy!!! A im nierówności równie przeszkadzają jak nartorolkarzą.

Wspomniane nartorolki terenowe są bardziej zbliżone do rolek niż do nartorolek i nart, ale też nadają się do imitacyjnego treningu, lecz dla osób lubiących się w technice nie używanie odbicia z palca może być ciężkie do zweryfikowania w sezonie zimowym...

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: Zdiercon - 04/22/2011 17:51

Michał Rolski napisał(a):

Doprawdy nie wiem dlaczego drażni Was hulajnoga, przecież to taki wdzięczny pojazd
Uznałem ją za ciekawostkę, to opisałem.

Hulajnoga też nadaje się do treningu imitacyjnego. Bardzo dobre ćwiczenia stosowane na nartach jak i na nartorolkach to jazda na jednej nartcie (rolce) i utrzymanie równowagi. Oczywiście na hulajnodze jest łatwiej, bo mamy w ręku kierownicę.
... Jednak odmiana często jest fajna

Przy okazji chciałbym skierować kilka słów do rodziców i opiekunów. Hulajnoga jest bardzo popularna wśród dzieci, ale trzeba pilnować, by dziecko nie odpychało się tylko jedną nogą. Przy bardzo częstym użytkowaniu mogą powstać skrzywienia miedniczne co przekłada się na kręgosłup co ma bolesne konsekwencje w przyszłości... dlatego też lepsze są inne przyrządy: rower, deskorolka, rolki, nartorolki (kolejność bez znaczenia)

=====

Odp: Alternatywa na lato

Autor: mamut9 - 04/26/2011 21:02

teodozja napisał(a):

Ja orientuję się w cenach

nartorolek SRB Arno Barthelmes i nie zauważyłam by te do klasyka były w sposób

nieuzasadniony droższe od tych

cenę można sprawdzić na stronie [www](#) -
, a czy masz doświadczenia praktyczne np. z rolkami SRB Cross Skate - XRS01 wyposażonymi w hamulec ?

a propo nie zauważyłem tej dyskusji w temacie hulajnoga -więc stworzyłem nowy.

Do Michała: hulajnoga jest fajna, ale: ASYMETRYCZNA - trzeba dobrego nadzoru nad treningiem, bo łatwo pogłębiać naturalne asymetrie.

=====