

Раздалечаването - La divergence

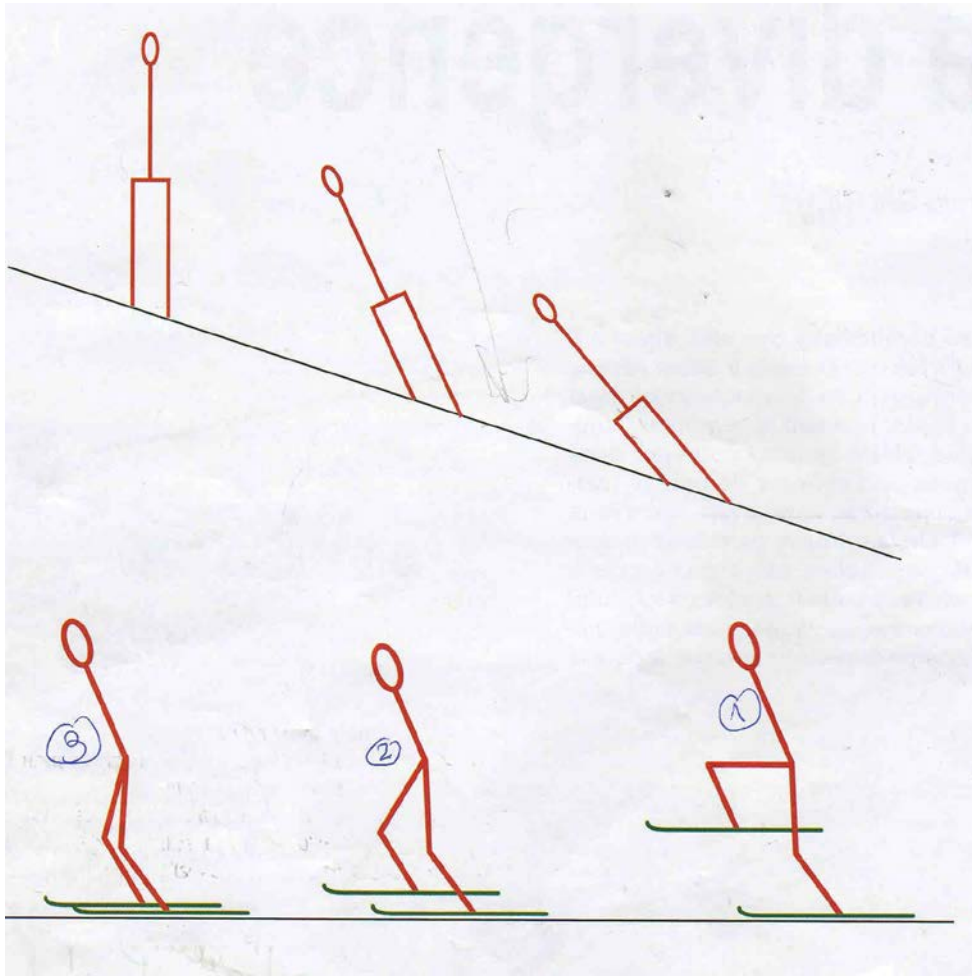
Статия в брой 98 от месец юни 2016 на списание L'ENTQINEUR DE SKI ALPIN от Gérard GAUTIER

Нарушаване успоредността на скиите е въпрос който непрекъснато занимава треньорите. Понякога изглежда, че това се дължи на раздалечаването и нарушаване на натиска върху снега, в резултат на което те се раздалечават при управлението им. В общи линии, при някои състезатели, това се случва при обстоятелства, свързани с трасето (разстояния между вратите, преминаване от стръмен към равнинен участък и т.н.). Забелязва се понякога при слалом при два последователни близки завоя, като придружава прехвърлянето на опората. В случая това ни интересува преди всичко като фактор при влизането в завоя, в момента преди скиорът да бъде напълно с лице към склона...



По традиция, когато скиите на скиора се раздалечават това преди всичко е знак за недостатъчното разпределение на теглото на тялото дозирано върху вътрешната ска. То също е източник и причина за спиране, тъй като вътрешната ска рови, вкапава се в снега (като тя се натоварва), движейки се в посоката на скиора. Това се случва често, но не е систематизиран маниер, тъй като раздалечаването се забелязва и при най-добрите скиори в света. При тях могат за се отбележат две особености: раздалечаването е голямо, с опора върху долната (външната на завоя) ска, прецизно центрирана, докато вътрешната ска не изглежда да упражнява натиск. Във втория случай вътрешната ска реже снега. За какво е нужно това раздалечаване? Защо не може да се открие при голям наклон?

В общи линии добрите скиори постигат екстремна амплитуда на странично прегъване, раздалечавайки двете ски една от друга без да свичат. Това отговаря на необходимостта от силно странично прегъване. Този начин на раздалечаване на скиите води до проблем - тъй като се извършва върху плоскост със станично раздалечаване на скиите, като скиора е с наклонен към склона. Забелязва се увеличено разстояние между скиите, което в действителност е раздалечаването (фиг. 1). Двете ски не са просто раздалечени, а вътрешната е поставена по високо отколкото външната (долната) ска.

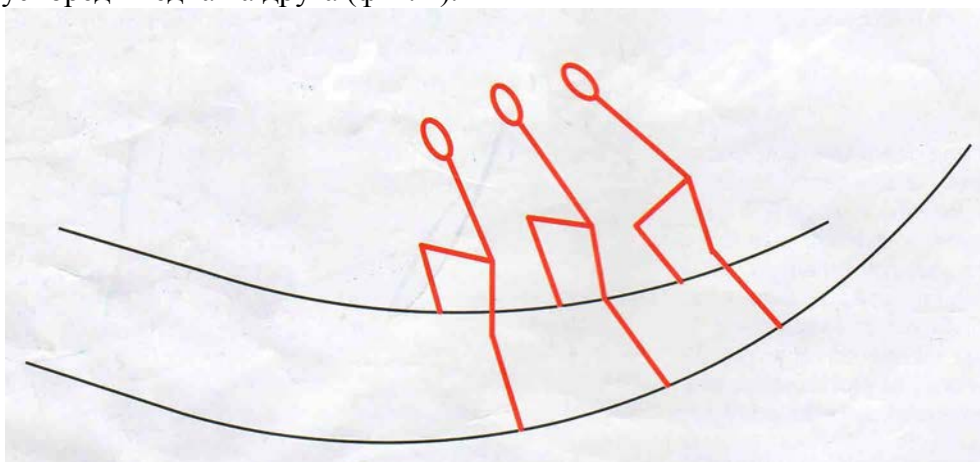


Фиг. 1

Страничното прегъване на скиора обяснява страничния наклон на двете ски. Горните три фигури са във връзка с трите фигури по долу.

Може да се установи, че страничния наклон между двете е един и същ, като това е наклон по вертикала.

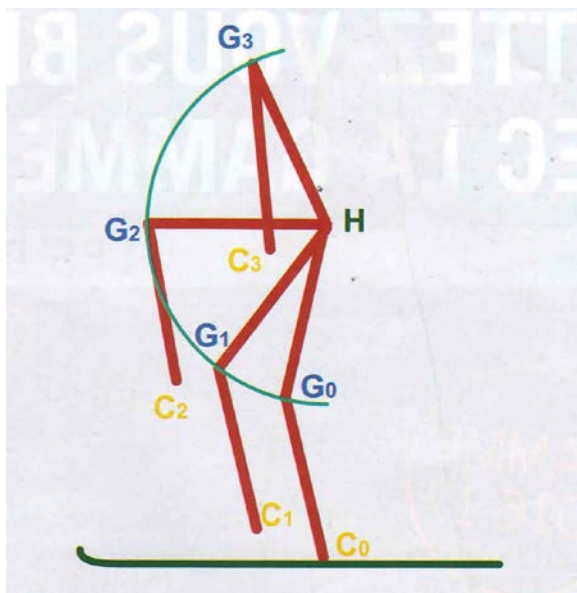
Долната ска е с по-изнесена напред отколкото вътрешната и всяка се движи по собствена дъга, като с по-малък радиус е дъгата на вътрешната. Двете дъги чувствително се различават. Тази на вътрешната се раздалечава от долната (външната на завоя), поради по-силното кантиране върху нея, което я забавя повече. И двете ски завършват завоя успоредни една на друга (фиг. 2).



Фиг. 2

Долната (Външната) ска е много натоварена от упражнения натиск и се отдалечава от вътрешната. Техните две траектории завършват успоредно една на друга в момента, когато скиорът постига най-голям страничен наклон. Натискът с двете стъпала също се реализира чрез двете ски в контакт със снега.

Може да се отбележи амплитудата на раздалечаването при върховете и задната част на скиите. Това надлъжно раздалечаване става естествено, защото всеки от глезените запазва същото сгъване. Долното коляно е по-опънато, то поема вибрациите, то е което предава силите и което трябва да се съобрази с подреждането в една линия на глезен-коляно-хълбок. Понякога вътрешното коляно е много сгънато и помага на ефектите на променливите движения на хълбок и коляно. Тяхната координация на сгъване е близка до еволюцията на едновременност на променливите движения (фиг. 3).



Фиг. 3

H = двете бедрени стави гледани от страна

G = коляно; G0 = коляно на долния (външния) крак.

G1, G2, G3 = коляно на вътрешния крак в 3 различни момента на сгъване на бедрениите стави

C = глезен; C0 = глезен на долния (външния) крак.

C1, C2, C3 = по време на 3 различни момента на сгъване на бедрениите стави.

Повдигането на бедрото предхожда коляното, а заедно с него и кракът с вътрешното коляно. То се явява като естествено облекчаване, а максималната амплитуда се реализира чрез бедрото успоредно на терена.





Страничното прегъване предхожда това на коляното, заедно с него и на глезена, като вътрешната ска е по напред от външната (долната) ска. Раздалечаването на скиите позволява на скиора да осигури оптимизиран контакт между скиите и снега, да подпомогне плъзгането на всяка ска, да осигури възможност за раздалечаване, отговарящо на ъгъла на наклона на тялото на скиора съобразно промените на трасето и пистата.

Превод: Петко Минковски БФСки