

# Obsah

## **Absolutní radost 8**

### **1. Skateboard story 14**

- Jak to všechno začalo 16
- Co z radosti dělá fascinaci 24
- Historie skateboardingu v ČR a SR 24
- Jak je těžké naučit se radosti 26
- Je skateboarding nebezpečný? 29

### **2. Výzbroj a výstroj 30**

- Náklady 32
- Deska 35
- Nápravy 36
- Kolečka 37
- Kuličková ložiska 37
- Ochranná výstroj 38
- Obuv 39

### **3. Jízdní řád 40**

- Jak se na skejt postavit 42
- Jak se naučit odrazu 43
- Jak se učíme jetting 43
- Jak projíždíme zatáčky 44
- Jak brzdíme 45
- Gyrating 45

**4. Disciplíny 46**

- Freestyle 48
- Streetstyle 50
- »U«rampa 52
- Minirampa 54

**5. Triky pro freestyle 56**

**6. Triky pro street 80**

**7. Triky v »U«rampě 102**

**8. Triky v minirampě 146**

**9. Závody 180**

**10. Bezpečnost jízdy 186**

**11. Lexikon 192**

**12. Adresář 204**

**13. Rejstřík 208**