

Obsah

ÚVOD	7	JIBBING	85
HISTORIE FREESKIINGU	8	Terminologie jibbingu	86
Big mountain/freeride	8	Jib Trick Tipy	89
Freeski/newschool	11	ZÁVODY, ROZHODČÍ	93
Historie disciplíny na olympijských hrách	17	Filozofie rozhodování	93
ROZDĚLENÍ LYŽAŘSKÝCH DISCIPLÍN	21	Závody	94
Freeski/newschool	23	Rozhodčí	96
Freeride	30	Bodování	96
VYBAVENÍ	34	Kritéria hodnocení	97
Lyže – twintipy	34	LETNÍ TRÉNINK	99
Lyžařské boty	37	STREČINK	105
Vázání	37	SNOWPARK PRAVIDLA	111
Ostatní vybavení	39	PŘEHLED TOP SNOWPARKŮ	117
SNOWPARKY	43	ZÁVĚR	119
Rozcvička na kopci před jízdou	57	ZDROJE	124
TRIKY	59	AUTOR	125
Graby	60	PODĚKOVÁNÍ	127
Rotace	69		
Fáze triku	76		
Tvoření názvu triku	78		
Big air trick tipy	79		
Pyramida triků	82		