Автор: Administrator
22.10.2014 00:00 -



Лыжный фристайл это вид лыжного спорта, с 1992 года включенный в программу зимних Олимпийских игр, наряду с такими видами спорта, как прыжки на лыжах с трамплина, горные лыжи, лыжные гонки, лыжное двоеборье, сноуборд. Free style переводится с английского вольный, свободный стиль. Фристайл состоит из пяти дисциплин, представленных в программе зимних Олимпийских игр: ски-кросс, могул, лыжная акробатика, лыжный хаф-пайп и слоуп-стайл.

Дисциплины фристайла

Родоначальником лыжного фристайла считается лыжная акробатика. Согласно этой дисциплине спортсмены со специального трамплина осуществляют акробатические элементы, отличающиеся по сложности. Трамплины делятся на малые с высотой 1-2 м, и уклоном 55 градусов, средние с высотой 2-3 м с уклоном 63 градуса, большие с высотой 3,5 м и уклоном 65 градусов. В своей спортивной программе ведущие лыжные акробаты мира совершают двойные и тройные сальто с вращениями вокруг своей оси. На месте приземления спортсменов должен лежать рыхлый снег. Очки в лыжной акробатике начисляются за длину и высоту полета, форму элементов, технику отрыва и приземление. В этой дисциплине не применяются лыжные палки, и лыжник перед прыжком разгоняется со скоростью более 60 км/ч.

Лыжная акробатика это олимпийский вид спорта, включенный в программу XVII Олимпийских зимних игр 1994 года в Лиллехаммере (Норвегия). Среди дисциплин

Олимпийского лыжного спорта лыжная акробатика является одной из самых красивых и зрелищных. «Могулы», то есть снежные бугры начали образовываться на склонах в результате поворотов лыжников по одной и той же траектории, когда катание на горных лыжах стало массовым. Горнолыжники на таких бугристых склонах начали проводить соревнования по скоростному спуску. После этого дисциплина фристайла стала называться могул, то есть спуск горнолыжника по бугристой трассе с выполнением нескольких прыжков с трамплина. В могуле очки начисляются за качество исполнения, технику поворотов, сложность прыжков, приземление, и за время спуска. В 1992 году могул получил статус олимпийского вида спорта на XVI Олимпийских зимних играх в Альбервилле (Франция).

Соревнования по ски-кроссу или по гонке по специальной горнолыжной трассе первый раз проходили в 2010 году на XXI Олимпийских зимних играх в Ванкувере (Канада). Ски-кросс включает различные снежные препятствия (виражи, волны, трамплины). Во фристайле ски-кросс является самой сложной, непредсказуемой и зрелищной дисциплиной. Лыжный хаф-пайпл это дисциплина фристайла, в которой спортсмены показывают катание и трюки в специальном сооружении – дугообразной конструкции с двумя встречными скатами, покрытой плотным снегом. Спортсмены выполняют трюки и прыжки, при этом перемещаются от стены к стене, вылетая из хаф-пайпа.

Еще одна дисциплина фристайла – слоуп-стайл, которая первый раз была представлена в 2014 году в Сочи на зимних Олимпийских играх. В слоуп-стайле наиболее сложные трюки выполняются при достижении максимальной амплитуды: грайнды (скольжение по перилам), спины (вращения), флипы, грэбы (захват лыжи).