

## Lyžování běžecké

FST KTS/LB ZS/LS 0+2 HOD/TYD  
Vodrážka Ondřej

Výuka je určena pro všechny, kteří mají kladný vztah k běžeckému lyžování, a to v jakékoliv formě. Bereme závodníky ale i hobíky a začátečníky. Výuka je spíše zaměřena na celkový rozvoj fyzické kondice, ale každý „jede na to na co má“. Důležitý není výkon, ale přístup. Ve výuce jde hlavně o hry a soutěže v zábavné formě, při které se můžete zpotit.

Další možností jak si zkusit běžky na ZČU je kurs běžeckého lyžování, který je také v nabídce kursů a je pojat jako turistická akce na běžkách, kde se bariéry na výkony nekladou. ([fotogalerie](#))

