

Lyžování sjezdové

FST KTS/LS ZS/LS 0+2HOD/TYD
Mášek Vlastimil

Doporučuje se studentům, kteří zvládli základní lyžařské dovednosti. Výuka zahrnuje základní tělesnou přípravu, kondiční běhy a kondiční posilování. Návazně pak speciální lyžařská cvičení a základy sportovních her. Výuku je možné završit účastí na kurzu sportovní specializace sjezdové lyžování.

