

Guide: Hvordan smøre langrennski?

Návod: Jak voskovat běžky?

Návod: Jak správně namazat běžky?

Návod: Jak namazat běžky?

Å ha gode ski kan avgjøre om du får en god eller dårlig opplevelse når du skal på skitur.

Mít dobré lyže může rozhodnout, jestli si z běžkování odnesete dobrý nebo špatný zážitek.

Jestli máte dobré lyže se může odvíjet podle toho, jestli máte dobré či špatné zkušenosti předtím, než se vydáte na túru.

Dobré běžky mohou být rozhodujícím faktorem, jestli budete mít dobrý nebo špatný zážitek z túry na běžkách.

Správně připravené lyže jsou jedním z faktorů, který rozhoduje o tom, jaký zážitek si z lyžování odnesete.

Jestli má člověk dobré běžky nebo ne, může ovlivnit celý zážitek z výletu.

Dobře namazané běžky jsou rozhodující, když jde o to užít si běžkování.

Smøring av ski er en kunst og det kan gjøres så komplisert du vil hvis du er på jakt etter optimalt feste og glid, men for de fleste trenger ikke det å smøre ski å være så vanskelig.

Mazání lyží je umění a jestliže hledáte ten nejlepší odraz a skluz, tak to jde dělat tak komplikovaně, jak jen chcete. Ale pro většinu nemusí být mazání lyží tak těžké.

Voskování lyží je umění a může být tak složité, jak jen budete chtít, když hledáte optimální přilnavost a skluz, ale pro většinu lidí to nemusí být tak obtížné.

Mazání lyží je umění, a pokud jste na honbě za optimální přilnavostí a skluzem, může být tak složité, jak chcete. Pro většinu lidí ale není třeba dělat mazání běžek nějak obtížným.

Mazání lyží je umění a pokud hledáte tu nejideálnější přilnavost a skluz zároveň, může to být velmi komplikované. Pro většinu lidí ovšem mazání lyží tak obtížné být vůbec nemusí.

Jejich namazání je umění, o to více, když se člověk honí za tím, aby mu běžky co nejlépe držely i jely. Pro většinu běžkařů to ale tak složité být nemusí.

Mazání běžek je umění, které můžeme komplikovat, jak jen chceme, pokud jdeme po dokonalé přilnavosti a skluzu. Ale pro běžného běžkaře to nemusí být taková věda.

Med et par triks kan du enkelt få gode ski på omtrent alle forhold og dermed få fine turer med sikkert feste og god glid.

S pár triky můžete lehce mít dobré lyže pro skoro všechny podmínky a užít si tak skvělé výlety s jistým odrazem a dobrým skluzem.

Díky několika trikům snadno získáte dobré lyže téměř za všech podmínek a budete si moct užít pěkné jízdy s bezpečnou přilnavostí a dobrým skluzem.

S několika triky můžete mít dobré lyže skoro za všech podmínek a tím pádem pěkné túry s pevným odpichem a dobrým skluzem.

Za pomoci několika málo triků docílíte dobře připravených lyží do téměř všech podmínek a užijete si tak pěknou a bezpečnou jízdu.

Díky pár trikům namažete běžky do všech podmínek a užijete si tak krásné výlety, kdy se vám bude dobře stoupat i sjíždět.

Díky několika trikům můžete snadno získat dobré běžky pro všechny příležitosti se spolehlivou přilnavostí a dobrým skluzem.

Rengjøring

Čištění

Údržba

Det første du gjør med dine gamle ski er å rengjøre de ordentlig med skirens.

To první, co je se starými běžkami třeba, je pořádně je vyčistit prostředkem na čištění skluznic.

První věc, kterou musíte se svými starými běžkami udělat, je pořádně je očistit smývačem vosků.

Jako první je potřeba vaše staré lyže důkladně vyčistit čističem lyží.

To první, co s takovými starými lyžemi uděláte, je že je očistíte smývacím roztokem/čističem vosku.

První, co se svými starými lyžemi musíte udělat je, že je pořádně očistíte skirensenem.

První, co byste měli se svými starými lyžemi udělat, je pořádné očištění smývačem na vosky.

Skirens er sitrusbasert og skader dermed ikke sålen på skiene i motsetning til White Spirit og andre løsemidler som tørker ut sålen.

Takové prostředky jsou na bázi citrusů, a tak nepoškozují skluznice, na rozdíl od čistého lihu a jiných rozpouštědel, které skluznice vysušují.

Smývače obsahují hlavně citrusové složky, nevysušují proto skluznici tak jako například lakový benzín (White Spirit) nebo jiná rozpouštědla.

Vhodné jsou čističe lyží na citrusové bázi, které nepoškozují jejich skluznici. Čističe White Spirit a další rozpouštědla vhodná nejsou, protože skluznici naopak vysušují.

Základem smývacího roztoku jsou citrusy, a tak skluznici, oproti lakovému benzínu a dalším čističům, které ji vysušují, smývací roztok neničí.

Skirens je prostředek na bázi citrusů, díky čemuž na rozdíl od přípravku White Spirit a jiných rozpouštědel, které skluznici vysušují, skluznici neničí.

Smývač je na citrusové bázi a nepoškozuje skluznice lyží tak jako například White Spirit a další rozpouštědla, která skluznice vysušují.

Når skiene er ordentlig rene er de klare for å ta imot ny smøring og du slipper at det iser fra gammel rødvosk som sitter igjen fra påsken i fjor.

Když jsou běžky pečlivě vyčištěné, jsou připravené na nové mazání. Musí se odstranit i zbytky červeného vosku od loňských Velikonoc.

Když jsou lyže pořádně čisté, jsou připraveny na nové mazání. Očištěním se vyhnete například tomu, že by vám na lyžích namrzaly zbytky červeného vosku z loňských Velikonoc.

Když jsou lyže řádně vyčištěné, jsou připraveny na nové mazání a vy se vyhnete tomu, aby vám namrzl zbytek červeného vosku z loňských Velikonoc.

Až jsou lyže pořádně očištěné, jsou připraveny na nové mazání a vám tak nenamrzne červený vosk, který na lyžích zůstal z loňských Velikonoc.

Jakmile jsou běžky řádně očištěné, jsou připravené na novou vrstvu vosku. Tím se vyhnete i tomu, že lyže se vám pokryjí ledem kvůli starému červenému vosku, který na běžkách zůstal z loňských Velikonoc.

Když jsou lyže řádně čisté, jsou připraveny na nové mazání a nezůstanou vám na nich zbytky starého vosku z loňských Velikonoc.

Hvis skiene er veldig slitt eller det er lenge siden du har behandlet sålen kan det være lurt å få de steinslipt hos et skiverksted.

Dobré je nechat nabrousit běžky v servisu, pokud už jsou silně opotřebené, nebo už je to dávno, co bylo postaráno o skluznici.

Pokud jsou běžky hodně opotřebené, nebo je to už dlouho, co jste pečovali o jejich skluznice, může být na místě dát běžky opravit do servisu.

Pokud jsou lyže hodně opotřebené nebo je to již dlouho, co jste skluznici ošetřovali, můžete si je nechat zbrousit v lyžařské dílně.

Když jsou lyže hodně opotřebené nebo jste se o kluznice dlouho nestaraly, je dobrým nápadem nechat je osmirkovat v opravně lyží/lyžařské dílně.

Pokud jsou vaše lyže postarší nebo uběhla dlouhá doba, co jste naposledy pečovali o skluznice, může být od věci nechat je přebrousit v opravně lyží.

Pokud jsou lyže hodně opotřebené nebo je to již dlouho, co jste skluznice ošetřovali, můžete si je nechat zbrousit v lyžařském servisu.

Når skiene slipes tar man vekkt det øverste laget av sålen og får frem "fersk" såle, denne tar bedre imot både glider og voks og er enklere å få et godt resultat med

Během broušení běžek se odstraní povrchová vrstva skluznice a nahoru se dostane „čerstvá“ vrstva, ta podporuje klouzání a lépe absorbuje vosk, takže se snadno dosáhne dobrého výsledku.

Tam vám ze skluznic běžek strhnou vrchní vrstvu a vytvoří tak novou, „čerstvou“ skluznici. Na té lépe drží vosky, a je tak jednodušší lyže dobře namazat.

Když jsou lyže zbroušené, odstraňte horní vrstvu, získáte tak "čerstvou" skluznici, která lépe absorbuje lepidlo i vosk a je tak snazší dosáhnout dobrého výsledku.

Když se lyže ošmirglují, odstraní tak člověk horní vrstvu skluznice a dostane „čerstvou“ skluznici, která lépe vsakuje jak lak, tak vosk, a je tak jednodušší získat dobrý výsledek.

Když se běžky brousí, brousí se jen nejsvrchnější vrstva skluznice. Po přebroušení zůstane „čerstvá“ skluznice, ta lépe vstřebá a vosk a jde s ní lépe dosáhnout dobrých výsledků.

Když brousíte lyže, tak odstraňujete horní vrstvu skluznice a získáváte tak skluznici „čerstvou“, která lépe absorbuje skluz i vosk a je snazší dosáhnout dobrého výsledku.

Smøresone

Mazací komora

Mazací plocha běžky

Mazací zóna

Kam namazat

Det første du gjør er å markere smørsenen på skiene dine.

Jako první je třeba na lyžích označit mazací komoru.

První, co je třeba udělat, je vyznačit mazací plochu běžky.

Nejdříve si na svých lyžích vyznačíte mazací zónu.

Věc, kterou je potřeba začít, je označení mazací zóny na lyžích.

Nejprve je důležité si na běžkách vyznačit mazací komoru.

Ještě před začátkem mazání, musíte na svých běžkách označit mazací zónu.

Om du ikke vet hvor lang denne er kan det være lurt å oppsøke en butikk med kunnskap om langrenn som kan markere nye smøresoner for deg.

Pokud nevíte, jak by měla být dlouhá, tak navštivte obchod, kde se vyznají v běžkování a kde vám ji pomohou označit.

Pokud nevíte jak dlouhá tato plocha je, může se vyplatit navštívit obchod, ve kterém mají zkušenosti s běžkami a můžou vám tam vyznačit mazací plochu.

Jestli nevíte, jak má být dlouhá můžete navštívit obchod, který má s běžkami zkušenosti, kde vám mazací komoru vyznačí.

Pokud nevíte, jak dlouhá je, možná bude vhodné navštívit obchod s běžkařským vybavením, kde vám s tím poradí a nové mazací zóny vám pomohou označit.

Pokud nevíte, jak má být dlouhá, můžete zajít do specializované běžkařské prodejny, kde vám ji vyznačí.

Pokud nevíte, jak má být taková zóna dlouhá, můžete navštívit specializovaný obchod, kde vám pomohou ji označit.

Smørelommen er den delen av skien som ikke er i kontakt med snøen når du fordeler vekten din likt på skiene, som når du kjører nedover.

Oblast mazací komory je ta část lyže, která není v kontaktu se sněhem poté, co rovnoměrně rozložíte váhu na lyže, například když jedete z kopce.

Mazací (stoupací) komora je ta část běžek, která nepřijde do styku se sněhem, pokud správně rozdělíte svou váhu na běžky, když sjíždíte z kopce.

Mazací komora je část lyže, která se nedotýká sněhu, když je vaše váha rozdělena mezi obě lyže, jako když jedete z dolů kopce.

Mazací komora je ta část lyže, která není v kontaktu se sněhem, když rovnoměrně rozložíte váhu na obě lyže. Asi tak jako když jedete z kopce.

Komora je ta část lyže, která není v kontaktu se sněhem, když svoji váhu rovnoměrně rozkládáte na obě lyže – například když jedete z kopce.

Mazací komory jsou části běžek, které nejsou ve styku se sněhem, když na běžky rozložíte váhu rovnoměrně, podobně jako při sjezdu dolů z kopce.

Når du legger all vekten på den ene skien skal denne sonen trykkes ned og komme i kontakt med snøen for å skape feste for voksen.

Když vložíte veškerou váhu na jednu lyži, tato část by se měla prošlápnout a přijít do kontaktu se sněhem, aby udržela člověka na místě.

Jakmile přenesete celou váhu na jednu lyži, mazací komora je zatlačena a dostane se do kontaktu se sněhem a vytvoří plochu pro odpich.

Když všechnu váhu přenesete na jednu lyži, prošlápnete tuto část, aby se dotýkala sněhu a člověk tak měl dobrý odraz.

Když plnou váhou stoupnete pouze na jednu lyži, tato zóna by měla být stlačena dolů a přijít tak pevně do kontaktu se sněhem.

Když přenesete váhu na jednu lyži, přitlačí se tato komora dolů, dostane se do kontaktu se sněhem a umožní vosku držet.

Když položíte veškerou váhu na jednu běžku, zatlačíte na tuto zónu a ona se tak dotkne sněhu, tak vytvoří oporu pro vosk.

Har du for stive ski vil du ikke klare å trykke ned spennet i skiene og de vil oppfattes som bakglatte.

Pokud máte příliš tuhé lyže, nebudete je moci prošlápnout a budou vám prokluzovat.

Pokud máte příliš tvrdé lyže, nepodaří se vám zatlačit přezku do lyží a budou se vám ujíždět dozadu.

Pokud budete mít příliš tvrdé/pevné lyže nepodaří se vám prošlápnout přezku a lyže tak budou kluzké.

Pokud máte lyže příliš tvrdé, nezvládnete přitlačit komoru na zem a lyže vám budou klouzat dozadu.

Pokud máte příliš tvrdé běžky, nebudete moci zatlačit skluznici až na sníh a běžky tak budou mít zpětný skluz.

Pokud máte lyže příliš tvrdé, nebudete moci na komoru zatlačit dostatečně a lyže budou se vám budou zdát kluzké.

Har du for myke ski vil smøresonen ligge nede på snøen og du får ski som glir dårligere og smøringen vil slites raskere av.

Pokud máte příliš měkké lyže, bude mazací komora v kontaktu se sněhem neustále, bude se vám hůře sjíždět a mazání se rychleji opotřebuje.

Pokud máte příliš pružné lyže, bude mazací plocha ležet na sněhu a získáte lyže, které budou hůře klouzat a vosk se rychle opotřebí.

Pokud budete mít příliš měkké lyže, bude mazací komora položená na sněhu – lyže budou mít horší skluz a mazání se rychleji opotřebuje.

Pokud máte naopak lyže příliš měkké, bude mazací komora v kontaktu se sněhem neustále. V tom případě budou lyže klouzat málo a zároveň se mazání rychleji ojezdí.

Máte-li zase lyže příliš měkké, bude namazaná oblast v kontaktu se sněhem, lyže nebudou tak dobře klouzat a vosk se vám rychleji ošoupe.

Naopak pokud jsou vaše běžky příliš měkké, bude se mazací zóna dotýkat sněhu neustále, takže běžky budou hůře klouzat a zároveň se mazání rychleji ošoupe.

Når du har funnet smøresonen "rubber" du denne med sandpapir med grovhetsgrad på 100, dette gjøres for at smøringen skal feste bedre på sålen.

Jakmile najdete mazací komoru, "ogumujte" ji smirkovým papírem o hrubosti 100, to proto, aby mazání ke skluznici lépe přilnulo.

Jakmile najdete mazací plochu „oškrábnete“ ji brusným papírem s hrubozrnností 100, vosk pak lépe přilne ke skluznici.

Až najdete mazací zónu, zdrsníte ji smirkovým papírem o zrnitosti 100. Tím bude mazání na skluznici lépe držet.

Jakmile najdete správnou mazací zónu, ošetřete ji brusným papírem o hrubosti 100. Tím docílíte toho, že vosky a parafíny lépe splynou se skluznicí.

Když budete mít zjištěno, kde na vašich běžkách mazací komora je, „pojezděte“ ji smirkovým papírem se zrnitostí 100. Na skluznici budou pak lépe držet vosky.

Až určíte mazací zónu, přejed'te ji šmirglpapírem o hrubosti 100, tím zajistíte, že mazání lépe přilne na povrch skluznice.

Voks

Vosk

Når du skal smøre skiene dine kan det være lurt å varme inn et lag med grunnvoks for å skape et slitesterkt grunnlag for smøringen du skal bruke på det aktuelle føret.

Když budete lyže mazat, je dobré trochu rozežhát horní vrstvu základního vosku, abyste vytvořili základ pro mazání příslušné lyže.

Při mazání běžek je nejlepší začít vrstvou základního vosku, aby se vytvořil odolný podklad pro voskování, které chcete použít na aktuální podmínky.

Když se chystáte na mazání lyží, možná budete chtít na lyže z/nažehlit vrstvu základního vosku, abyste vytvořili odolný základ pro mazání, které se chystáte použít pro aktuální podmínky.

Když se chystáte na mazání lyží, bude vhodné začít tím, že zahřejete základní vrstvu vosku. Tím na skluznici vytvoříte odolný základ pro další ošetření.

Než začnete své běžky mazat klasickými vosky, je dobré na skluznici zažehlit vrstvu základového vosku, který vytvoří odolný základ pro další vosky, které budete volit podle aktuálních sněhových podmínek.

Než začnete voskovat, je dobré zahřát vrstvu základového vosku, abyste připravili odolný základ pro mazání, které použijete pro danou běžku.

Om du ikke har smørejern tilgjengelig er det lurt å bruke en hardere voks under smøringen du skal gå på av samme grunn som nevnt over.

Pokud nemáte k dispozici žehličku na běžky, je dobré při mazání použít tvrdší vosk ze stejného důvodu, jaký je uveden výše.

Pokud nemáte přístup k voskovací žehličce, je ze stejného důvodu uvedeného výše lepší během mazání použít tvrdší vosk.

Pokud nemáte žehličku na běžky je dobré pod mazání, které se chystáte aplikovat, použít tvrdší vosk ze stejného důvodu, jak je uvedeno výše.

Pokud nemáte k dispozici lyžařskou žehličku, je dobré pod mazání použít tvrdší vosk a to ze stejného důvodu, jako je uvedeno výše.

Pokud nemáte k dispozici voskovací žehličku, je dobré pod aktuální vosk použít ještě jiný, tvrdší, a to ze stejného důvodu, jako se používá vosk základový.

Pokud nemáte k dispozici lubrikační žehličku, doporučujeme použít pod zvolené mazání tvrdší vosk, ze stejného důvodu jako výše.

Husk at det er lett å smøre på mykere voks om du har dårlig feste, men det er svært vanskelig å legge på hardere voks oppå myk voks om du har ski som iser.

Pamatujte, že je snadné nanést měkký vosk, pokud máte špatnou přilnavost, ale je velmi obtížné nanést tvrdší vosk na měkký vosk, pokud máte lyže, které namrzají.

Pamatujte, že je jednodušší mazat měkký vosk, pokud máte špatný odpich, a mnohem těžší je mazat tvrdší vosk na měkký, pokud máte lyže, které zamrzají.

Pamatujte, že nanést měkký vosk, pokud máte špatnou přilnavost, je jednoduché, ale nanést tvrdší vosk na měkký vosk, pokud máte lyže, které namrzají, je velmi obtížné.

Pamatujte, že je snadné nanést měkký vosk, pokud máte špatnou přilnavost, ale je velmi obtížné nanést tvrdší vosk na měkký vosk, pokud máte lyže, které namrzají.

Pamatujte si, že je snadné na tvrdší vosk namazat měkký, když vám lyže podkluzují, ale když vám lyže namrzají a příliš se lepí, jde namazat tvrdší vosk přes měkký špatně.

Pamatujte, je snadné nanést měkký vosk na špatně přilnavou skluznici, ale je dost náročné nanést tvrdší vosk na měkký, pokud vaše lyže namrzají.

Er du usikker begynner du derfor med den kaldeste voksen som er aktuell og smører varmere om denne ikke gir feste.

Pokud si nejste jisti, začněte s voskem do minusových teplot, který se nejvíce hodí, a namažte voskem do vyšších teplot, pokud předchodí vosk nedrží.

Jste-li nejistí, začněte s nejstudenějším voskem, který je vhodný pro aktuální venkovní podmínky a pokud tento nedrží, namažte teplejším.

Jste-li nejistí, začněte studeným voskem/voskem pro nejchladnější podmínky a namažte teplejší vosk/vosk pro teplejší podmínky, pokud nebudete mít dobrý odraz.

Pokud si nejste jisti, začněte s nejstudenějším voskem, který je relevantní, a dále mažte teplejšími.

Pokud si nejste jisti, co namazat, začněte od vosku, který odpovídá nejnižší aktuální teplotě, a pokud vám lyže budou podkluzovat, namažte vosk měkčí.

Jestli si nejste jisti, začněte s nejchladnějším voskem, který je relevantní a při mazání se zahřívá, pokud nepříle.

Når du legger på voks er det viktig å legge tynne lag og bruke en kork for å gni voksen ut mellom hvert lag.

Při nanášení vosku je důležité nanášet tenké vrstvy a mezi jednotlivými vrstvami vosk rozetřít korkem.

Když mažete, je důležité voskovat tenké vrstvy a mezi nanesením jednotlivých vrstev používat korek pro rozetření vosku.

Při nanášení vosku je důležité nanášet tenké vrstvy a použít korek pro srovnání (rozkorkování) vosku mezi všemi vrstvami.

Při nanášení vosku je důležité nanášet tenké vrstvy a mezi jednotlivými vrstvami vosk vždy rozetřít korkem.

Důležité je vosk mazat v tenkých vrstvách a každou z nich rozmazat korkem.

Při mazání je důležité nanášet vosk po tenkých vrstvách a ty jednotlivě třít korkem.

Når du legger flere tynne lag slites smøringen mindre enn om du legger et tykt lag, i tillegg får du jevnere dekning av sålen og dermed et mer solid feste.

Při nanesení více tenkých vrstev se mazání opotřebovává méně, než když nanášíte silnou vrstvu, navíc získáte rovnoměrnější pokrytí skluznice a tím i lepší brždění.

Když voskujete více tenkých vrstev, vosk se méně opotřebí, než kdybyste navoskovali jednu tlustou vrstvu. Navíc získáte pravidelnější pokrytí skluznice a tím pádem solidnější skluz.

Když nanášíte více tenčích vrstev, opotřebovává se vosk méně, než kdybyste nanесли jednu tlustou, a navíc budete mít uhlazenější krytí skluznice a tím i solidnější odraz.

Při nanesení více tenkých vrstev se mazání opotřebovává méně, než když nanášíte jednu silnou vrstvu. Navíc získáte rovnoměrnější pokrytí skluznice a tím i větší stabilitu.

Když lyže namažete několika tenkými vrstvami, vosk se ošoupe pomaleji, než když byste namazali jednu tlustou vrstvu. Takto navíc pokryjete skluznici voskem rovnoměrněji a lyže budou lépe držet.

Mazání se tolik neošoupe, pokud nanesete několik tenkých vrstev a ne jednu tlustou. Navíc takto vytvoříte rovnoměrné pokrytí skluznice a tím i pevnější oporu.