

Dny na monoski

Vzhledem k rozšířené spolupráci mezi lyžařskými školami Skifanatic a Newman school spolu s centrem APA při FTK Olomouc se připravuje na zimní měsíce roku 2014 na třech různých ski-areálech po celé České republice unikátní sportovně-rekreační akce s názvem „Dny na monoski“. Jako první se můžeme těšit na monoski ve ski-areálu Hlinsko v Čechách 11. 1. 2014, poté následuje ski-areál Rališka v Beskydech 18. 1. 2014 a jako poslední se představí Hlubočky u Olomouce 1. 3. 2014. Celý projekt je financován prostřednictvím nadace Telefónica s názvem Think Big, s jejichž pomocí se naše společné plány a myšlenky mohou stát skutečností.

Díky našemu projektu se lidem se zdravotním postižením otevírají nové cesty a příležitosti, jak aktivně a smysluplně trávit volný čas, naučí se jak překonávat vlastní strach, zvýší si vlastní sebedůvěru, podpoří svojí celkovou fyzickou a psychickou pohodu a v neposlední řadě se také seznámí s novými kamarády, z kterých se do budoucna mohou stát i přátelé na celý život. Navíc veškeré své poznatky a pohybové dovednosti získané během projektu „Dny na monoski“ může člověk se zdravotním postižením uplatnit v rámci svých každodenních aktivit a tudíž zkvalitnit život nejen sobě, ale i celé své rodině starající se o handicapovaného člověka. Osoby se zdravotním postižením a osoby zcela „zdravé“ si tedy mohou v rámci našeho projektu na vlastní kůži vyzkoušet, jak se lyžuje pomocí tzv. monoski. Lidé si mohou vyzkoušet základní pohyby, jako je přesun z vozíku na monoski, přes jízdu na vleku až po základní lyžařské oblouky. Všechny tyto činnosti budou prováděny ve spolupráci se zkušenými instruktory, takže ani naprostý začátečník jakéhokoliv věku i pohlaví se nemusí bát, že by to nezvládl.

Co to vlastně je monoski? A pro koho je určena? Je to sportovně - kompenzační pomůcka určená především pro osoby s tzv. paraplegií (postižení dolních končetin). Mezi základní části monoski patří speciální sedačka s tzv. skořepinou, která je spojená s vázáním jedné lyže spolu s odpruženým a odtlumeným mechanismem a také stabilizátory, které slouží především pro zajištění potřebné rovnováhy při samotném pohybu.

Co se týče pohledu majoritní společnosti na osoby se zdravotním postižením používající ke svému pohybu na sněhu tzv. monoski, tak můžeme konstatovat, že se situace postupně zlepšuje. Nicméně se stále můžeme setkat s negativními ohlasy od různých lidí, kteří

upozorňují například na bezpečnost, jak pro samotného lyžaře na monoski, tak i pro ostatní lyžaře na svahu. Je nutné ale zmínit fakt, že lidé používající ke své jízdě monoski, jsou doprovázeni asistenty- proškolenými instruktory na monoski, kteří sami nejlépe vědí, jak se chovat, aby nedošlo k žádnému ohrožení na zdraví.

Vzhledem k omezené době projektu, je možné osvojení pouze základních pohybových dovedností jízdy na monoski, nicméně díky vzniklé spolupráci s Centrem APA a spolupracujících lyžařských škol se nabízí možnost dalších výukových hodin a celkového zdokonalení. Díky finanční náročnosti je získání monoski poměrně složité, jediným řešením zdá se být vypůjčení. Fakulta tělesné kultury spolu s katedrou Aplikovaných pohybových aktivit tuto možnost nabízejí. Nicméně skutečnost je taková, že v současné době neexistuje mnoho škol, neziskových organizací a speciálních center, které by tuto službu poskytovali.

Na základě tohoto zjištění jsme se rozhodli vytvořit tento projekt, který by osobám se zdravotním postižením umožnil získat potřebné informace na jakém místě a za jakých podmínek je možné monoski vypůjčit. Zároveň také seznámil širokou veřejnost s tímto poněkud novým fenoménem a ukázal veřejnosti, rodinám a především lidem se zdravotním postižením, že neexistují žádné limity či hranice, ale pouze je důležité chtít a jít si za svým vlastním snem.

Touto cestou bychom rádi pozvali všechny příznivce zimních sportů, včetně osob se zdravotním postižením a zároveň také jejich rodiče, kamarády, učitele a vychovatele, kteří by rádi vyzkoušeli jízdu na speciálně upravené lyži a následně tak mohli předat své vlastní zkušenosti s cílem dosažení větší samostatnosti. Kromě skvělého lyžování na monoski bude připraven také doprovodný program s Kravíkem plný zábavy, her a překvapení. Těšíme se na Vás!!