

## Lyžařská třešinka aneb jízda na monoski

Bylo lednové nedělní dopoledne a my se s dcerou pomalu chystaly okusit několik jízd na speciálně upravených lyžích - monoski. Akci pořádalo Centrum aplikovaných pohybových aktivit (APA) při UP v Olomouci na sjezdovce Vigona v Čenkovicích. Na lyžích jsem nestála přes dvacet let a na těch upravených pro handicapované, které se nazývají monoski, jsem měla třiminutovou zkušenost na suchu. Bylo to na jedné ze vzdělávacích akcí APA Olomouc, při které jsme se pod vedením zkušených lektorů učili do monoski nasedat a učili se bezpečně padat. Pamatuji si velmi dobře na tu ránu na dřevěné parkety naší školy a na tu dlouhou – minutovou chvíli bezmoci, než mě instruktorka Lucka postavila do polohy příjemné svíslé a já se mohla opět opírat o pomocné hůlky-stabilizátory.

Lanškrounský teploměr ukazoval něco málo kolem - 3°C a venku svítilo slunce, takže podle mých představ, ideální počasí na lyžování. Vyrázili jsme po půl desáté společně s ostatními rodiči a dětmi ze ZŠ speciální v Lanškrouně. S přibývajícím metry nad mořem ubývala teplota. Trochu mi zamrzl úsměv na tváři, když jsme zastavili na centrálním parkovišti v Čenkovicích a mé čidlo v autě ukazovalo skoro - 12°C. To už jsem věděla, že nám naše svetry a jedny punčocháče určitě stačit nebudou.

Došli jsme ke svitavské sjezdovce, kde už bylo vše připraveno. Děti byly natěšené, takže se mohlo začít okamžitě lyžovat. Pro většinu z nich, to byl první kontakt s lyžemi na sněhu. Všechny děti se nechaly ochotně několika popruhy přivázat do skořepiny, která je připevněna k jedné lyži. Volný pohyb je umožněn pouze rukám, ve kterých se drží stabilizátory – hůlky s krátkými lyžinami, a hlavě, kterou chrání lyžařská přilba. Dobrá nálada a profesionalita lyžařských instruktorů z APA, zároveň s velmi ochotnými vlekaři sjezdovky Vigona, vytvořili společně nezapomenutelnou atmosféru plnou pohody a zároveň adrenalinu. Dětský radostný smích byl slyšet i přes stopadesátimetrové převýšení sjezdovky. Horské slunce tomu dodalo tu poslední důležitou třešničku na nedělním dortu.

Když jsme děti sundaly po několika jízdách z monoski, jejich úplně promrzlá těla kopírovala několik minut tvar lyžařské skořepiny. Nastal čas, kdy si jízdu mohli vyzkoušet i rodiče a pedagogové. Když jsem se konečně usadila do lyžařské skořepiny a zafixovala tělo od dolních končetin až po pás popruhy, měla jsem pocit, že nebudu moci dost dobře ovládat monoski, protože jediné, čím šlo bezpečně pohybovat, byly ruce, do kterých jsem dostala lyžařské „stabíky“. Zcela odkázána na lyžařského instruktora, který monoski ovládal, jsme se vydali k vleku. Jízda ze sjezdovky dolů byla nezapomenutelná. I přes moje nemotorné ovládání stabilizátorů a křeč v levé kyčli, kterou způsobila, pro mě nepřírozená nakloněná poloha těla ve skořepině, jsem se vnitřně cítila nádherně. Můj obličej byl sice plný sněhu, který mi znemožňoval si jízdu vychutnávat i vizuálně, ale možná právě proto bylo tělo nuceno zapojit další zbývající smysly, což učinilo zážitek z jízdy na monoski nezapomenutelným. Tělo příjemně zaplavoval adrenalin, kolem uší svištěl horský větřík, polohu mého těla určovaly ruce instruktora.

I přesto, že jsem se několik let věnovala práci osobní asistentky, prošla kurzy a výcviky, setkávám se s dětmi s handicapem denně ve svém zaměstnání, dnešní den mi opět připomněl, že něco nemůžeme získat ani z vědeckých knih ani ze své letité praxe. Některé věci je potřeba si vnitřně prožít, zkusit na vlastní kůži, aby si člověk mohl uvědomit pocity těch druhých.....i přesto, že si myslíme, že asi víme, jak se cítí.....mnohokrát nevíme.....

Velký dík za tuto vydařenou akci patří Centru APA v Olomouci, vlekařům sjezdovky Vigona v Čenkovicích, rodičům, dětem a pedagogům, kteří nesadili svoji vlastní kůži a matičce přírodě za nádherné počasí.

Mgr. Jaromíra Staňková