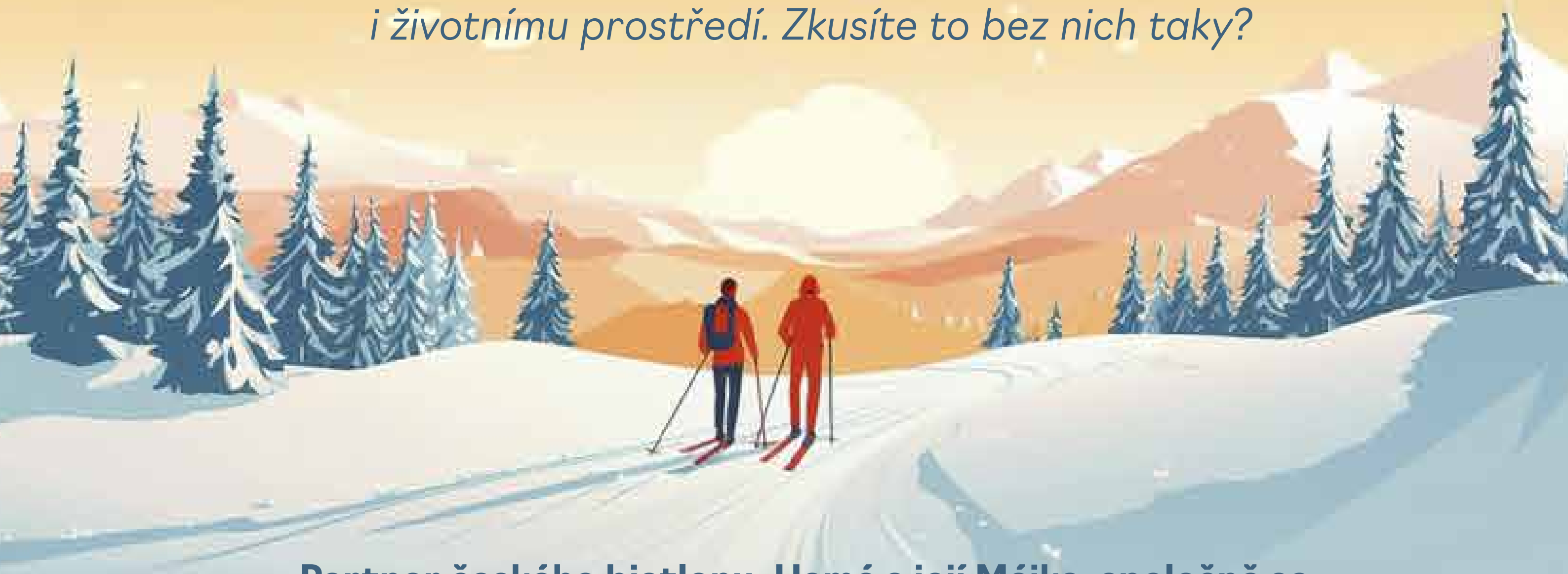
SPRÁVNĚ NAMAZAT BĚŽKY JE VĚDA!

Profesionální běžkaři a biatlonisté se nově musejí obejít bez vosků s obsahem fluoru. Ty totiž škodí zdraví i životnímu prostředí. Zkusíte to bez nich taky?



Partner českého biatlonu, Hamé a její Májka, společně se servismany reprezentačního týmu radí, jak na to:

RADĚJI VÍC LEVNĚJŠÍCH VOSKŮ

Každý vosk bez fluoru je určený do konkrétních podmínek. Lepší než pár drahých vosků je kompletnější sada levnějších, se kterými se lépe přizpůsobíte aktuálnímu počasí.

TEPLOTA JE ZÁKLAD

Profesionálové měří teplotu sněhu, ne vzduchu. Kupte si teploměr na sníh a pečlivě čtěte návod na vašich voscích.

BEZ ŽEHLIČKY ANI RÁNU

Vždy použijte žehličku, raději tu s přesným nastavením teploty, ať si nespálíte skluznici. Zapomeňte na různé jiné „náhradní“ postupy.

TEKUTÉ VOSKY JSOU KOMPROMIS

Tekuté vosky se snadno nanášejí hubkou a nezažehlují se, ale na běžkách vydrží mnohem menší vzdálenost.

JEDNA VRSTVA STAČÍ

Když jsou běžky kvalitně připravené, stačí jedna vrstva vosku, i profíci to tak dělají.

ČISTOTA PŘEDEVŠÍM

I drobné nečistoty, které před voskováním necháte na skluznici, vás ve stopě potrápí. Vyčistěte si lyže raději důkladně den předem než ve spěchu ráno.

NEZAPOMEŇTE NA VYBAVENÍ

Vedle žehličky jsou potřeba i další pomůcky jako škrabka, kartáč, čisticí roztok a čisticí papír.

NAMAZAT BĚŽKY UŽ UMÍTE. A CO MÁJKU?

Děti rozhodly souboj chleba versus rohlík!

Pokud se na běžky vydáte i s dětmi, nezapomeňte, že podle průzkumu jim Májka nejvíc chutná na rohlíku (**48 %**), menší část dětí dává přednost Májce na chlebu (**28 %**). A pět procent dětí má nejraději Májku úplně samotnou!

48 % / **28 %**

EXTRA TIP

Pokud použijete práškový vosk s fluorem, snažte se jej při nanášení nenadýchat a použijte jen minimální nezbytné množství.

Sběr dat byl realizován v lednu 2024 prostřednictvím aplikace Instant Research agentury Ipsos na vzorku 1000 respondentů.