

Prefață		007
Mulțumiri		009
Introducere		011
PARTEA I	Înainte de a începe	012
CAPITOLUL 1	Istoria snowboardingului	014
CAPITOLUL 2	Alegerea echipamentului potrivit	025
CAPITOLUL 3	La ce să vă așteptați	056
PARTEA A II-A	Tehnicile de bază	073
CAPITOLUL 4	Primii pași	074
CAPITOLUL 5	Fiți în control, rămâneți în control	090
CAPITOLUL 6	Snowboarding pe orice teren	101
PARTEA A III-A	Snowboarding pentru avansați	121
CAPITOLUL 7	Introducere în trick-uri	122
CAPITOLUL 8	Trecerea la nivelul următor	157
CAPITOLUL 9	Maximizarea performanței	190
CAPITOLUL 10	Snowboardingul de competiție	206

INTRODUCERE

Alegând această carte, dovediți că vreți să aflați mai multe, indiferent dacă sunteți interesați să încercați snowboardingul pentru prima oară sau îl practicați deja de ani buni. Poate că trăiți deja pe munți sau poate locuiți departe de ei, undeva într-un deșert înfiorător și nu puteți decât să visați la zăpadă.

Indiferent unde vă aflați pe glob sau care este experiența voastră în legătură cu acest sport, acest ghid este construit pentru a vă ajuta să înțelegeți tot ce trebuie să știți despre snowboarding. În primul rând acoperă istoria sportului și modul în care a apărut snowboardul. Știați că a fost nevoie de ani buni pentru ca snowboardingul să fie permis în majoritatea stațiunilor? Veți afla de ce și veți auzi despre oamenii creativi, inovatori, care au făcut snowboardingul ceea ce este astăzi.

În continuare vom discuta despre echipamentul și îmbrăcămintea de care aveți nevoie și pe care să le cumpărați pentru a arăta ca un snowboarder adevărat. Gama de produse tot mai largă de pe piață vă poate crea confuzie, iar noi suntem aici pentru a vă ajuta. Vom descompune jargonul tehnic și vă vom spune ce trebuie să știți despre echipament și îmbrăcămintea, oferindu-vă cunoștințe și încredere pentru a le găsi pe cele potrivite, adecvate stilului și nevoilor voastre.

Dacă nu ați pus niciodată piciorul pe un snowboard, există un capitol dedicat primelor mișcări. Aflați la ce să vă așteptați în prima zi și aflați sfaturi dedicate privind virajele carve și legarea lor. Veți deveni un snowboarder cât ați bate din palme. Tot ce trebuie este puțin exercițiu și încredere.

Am inclus informații despre cum să vă îmbunătățiți controlul și să stăpâniți elementele de bază. Odată ce ați învățat practicile de bază și ați deprins virajele, puteți folosi sfaturile noastre pentru a vă dezvolta abilitățile în parcurile de snowboarding și în afara acestora.

Snowboardingul în parc s-a dezvoltat foarte mult în ultimul deceniu, iar stațiunile au luat act prin construirea unor suprafețe de toate formele și dimensiunile pentru snowboarderii de toate nivelurile, de la începători până la profesioniști. Dacă v-ați dorit mereu să

alunecați pe o țeavă sau v-a fost frică să treceți la săritori mai înalte, fotografiile și instrucțiunile pas cu pas referitoare la trick-uri vă vor ajuta să vă transformați viziunea în realitate.

De asemenea, există multe lucruri de învățat atunci când discutăm despre datul în afara pistelor și vă vom spune la ce să vă așteptați și cum să fiți pregătiți pentru surprize. Veți fi gata să zburdați în siguranță și în mod inteligent în zăpada neatinsă, înainte să fiți conștienți de asta.

Sunteți curioși de trick-urile pe care le fac snowboarderii avansați și cei profesioniști? Ghidul *trick*-urilor explică pas cu pas multe dintre mișcărilor prezentate la concursuri.

Folosind experiența împărtășită de cei care cunosc cel mai bine partea competitivă a sportului, evidențiem în ultimul capitol dăruirea necesară pentru a deveni profesioniști și vă ajutăm să vă faceți o idee despre ce este nevoie pentru a reuși în performanță.

De la ideea nebună că ar putea fi posibil să faci surf pe zăpadă, la unul dintre cele mai populare sporturi de la Jocurile Olimpice de iarnă, snowboardingul a parcurs un drum lung, apărând ca unul dintre sporturile de acțiune cu cea mai rapidă creștere din ultimele decenii. Indiferent că doriți să încercați această distracție de iarnă din ce în ce mai populară, să faceți o coborâre mai dificilă în stațiunea voastră preferată sau să urcați pe un podium într-o zi, sperăm că acest ghid vă va face nerăbdători să ieșiți pe pârtii. Mult noroc și alunecați fericiți.

PARTEA I

ÎNAINTE DE A ÎNCEPE



nainte să vă echipați și să ieșiți pe pârtie, acordați-vă puțin timp să aflați câte ceva despre acest sport și despre călătoria în care sunteți pe cale să vă imbarcați. Partea I conține câteva informații despre istoria snowboardingului și despre felul în care acesta s-a transformat într-o mișcare globală. Vă vom prezenta persoanele care l-au făcut posibil și vă vom informa despre evoluția echipamentului de-a lungul anilor.

Apoi, în Capitolul 2, vă vom ajuta să vă puneți în temă cu varietatea de echipamente și îmbrăcăminte și să descoperiți cum să alegeți ceea ce vi se potrivește. Vă vom explica cum să vă asamblați și să configurați placa și ce trebuie să faceți pentru a o întreține.

Vă vom ajuta să aflați din timp la ce să vă așteptați pe pârtie și cum să vă adaptați cel mai bine. Capitolul 3 oferă o mulțime de sfaturi despre învățarea conceptelor pentru a profita la maxim de timpul vostru. Sunteți pe cale să deveniți snowboarderi!

Capitolul 1

ISTORIA SNOWBOARDINGULUI



Temelia pe care a fost construit snowboardingul este un basm cu un împărat malefic, o mulțime de personaje și un sfârșit, desigur, fericit. Când ne referim la fixarea în timp și spațiu a unei întâmplări, adevăratul curs al evenimentelor este adesea subiectiv, pavat cu impresii personale și amintiri. Deși la fel se întâmplă și în snowboarding, unde întâlnim o mulțime de „el a spus“, „ea a spus“, sportul este tânăr în comparație cu majoritatea celorlalte, deci istoria este relativ recentă și clară. Mulți dintre fondatorii sportului sunt încă în viață, respirând și bătând pârții împreună cu generațiile tinere de astăzi⁰¹.

Snowboardingul modern este cu totul diferit de ideea inițială, gândită cândva la mijlocul anilor 1960. La început, nimeni nu se gândea să facă viraje carve pe munți, să alunece pe platforme de 15 metri sau să gliseze pe o țeavă cu vârful plăcii. Începutul a fost făcut de un bărbat care visa la o jucărie cu care să-i facă pe plac fiicei sale. În ziua de Crăciun a anului 1965, în Muskegon, Michigan, un bărbat pe nume Sherman Poppen a decis să unească (găurindu-le) două schiuri de 91 de cm, pe care le cumpărase de la un magazin local. Tot ce voia fiica lui, Wendy, era să poată să stea în picioare pe sanie și Poppen a hotărât să-i îndeplinească dorința. Sania rudimentară cu frânghie pe care a creat-o s-a bucurat de succes instantaneu în cartier. Copiii i-au cerut curând lui Poppen să le construiască și lor câte una, iar mentalitatea sa de inventator a preluat ideea. Soția lui Poppen a numit jucăria un „snurfer“⁰², de la actul care semăna cu surfingul pe zăpadă. Peste un an, Poppen a vândut ideea Snurfer către Brunswick (producătorul de mingi de bowling) și mai mult de un milion de bucăți au ajuns să fie vândute în următorii 10 ani, cu prețuri care au variat între 10 și 30 de dolari bucata.

Snurfing-ul (care este similar cu ceea ce este cunoscut astăzi drept *noboarding*⁰³) a prins formă și concursurile au atras sute de oameni în stațiunile locale. Au existat de fapt „snurferi“ profesioniști și o mass-media care a promovat, dar acest demers nu a reușit să prindă prea tare. Marketingul deficitar nu a ajutat, iar moftul Snurfing a venit și a plecat. Totuși, le-a dat de gândit unor oameni cheie.

01 Cartea a apărut în original în 2013 și se face referire la Jake Burton Carpenter și Sherman Poppen, ambii decedați în 2019. (n.red.)

02 Combinație în engleză între cuvintele „snow“ (zăpadă) și „surf“. (n.red.)

03 Coborâre cu o placă fără legături, controlată doar printr-o lesă, exclusiv pe zăpadă proaspătă. (n. red.)

Snurfing-ul deschide calea spre snowboarding

Între timp, în 1970, un surfer de pe coasta de est își contura propria creație. Inspirat de mizeria din curtea școlii, alunecând lateral pe tăvi de luat masa legate de picioarele lui — probabil din plictiseală — Dimitrije Milovich și-a luat noua formă de distracție la el în garaj și a creat ceea ce el a numit un snowboard. În curând, Milovich a început să lucreze cu creatorul de plăci de surf Wayne Stoveken din Jersey, care lucra deja pe prototipurile de snow-surfboard. În câțiva ani, Milovich a brevetat și proiectat Swallowtail, iar în 1976 a fondat Winterstick, prima companie de snowboarduri.

Inițial, plăcile de snowboarding au fost făcute pentru zăpadă proaspătă afânată. Cum nu puteau să stea cu o muchie pe zăpada bătută, snowboardurile erau destinate alunecării pe valurile albe ale munților înzăpeziți. În partea de jos erau prevăzute cu aripioare, acestea având o formă asemănătoare cu cea a aripioarelor atașate unei plăci de surf contemporane. Poziția a fost schimbată înapoi, cu ambele picioare înclinate spre față. Snowboarderul purta bocanci de schi sau de alpinism, iar ținutele erau o cu totul altă poveste. Dintr-un anumit punct de vedere, această fază este considerată perioada de glorie a snowboardingului. Sportul era în stare incipientă, ieșind cu greu în evidență. Nimeni nu se aștepta ca acest sport să devină un fenomen global; pionierii snowboardingului ieșeau pe munți pentru a face ceva inedit și pentru a se distra. Aceste vremuri timpurii au ajutat la stabilirea spiritului sportului.

Doi bărbați de pe coastele opuse ale Americii, care au surprins senzația de Snurfing în urmă cu zeci de ani, domină astăzi lumea snowboard-ului: Jake Burton Carpenter și Tom Sims.

La 23 de ani, după ce a absolvit o școală de economie, Carpenter era în ascensiune rapidă pe Wall Street, când a schimbat macazul. Cu snowboardingul încă arătând ca un moft, Carpenter a avut un vis conform căruia pasiunea sa pentru dat pe zăpadă poate deveni un sport recunoscut. „În clipa în care m-am urcat pe un Snurfer și l-am condus, am simțit că se naște un sport acolo“, a spus Carpenter într-un interviu CNBC. Având viziunea de a-și construi propriile plăci și de a face din snowboarding ceva mai mult decât un moft, el a decis să separe legăturile. S-a întors în munții Vermont pentru a încerca să facă un prototip construit cu scânduri de lemn și legături de schi nautic. În 1977, Carpenter a decis să-și facă propria companie, Burton Boards, și a început să construiască plăci în hambarul lui. Carpenter a mers prin

stațiuni și a încercat să le vândă copiilor din parcare scândurile din portbagajul mașinii lui. În următorii câțiva ani, Carpenter și-a pastrat optimismul, a continuat să-și stabilească obiective și i-a convins pe proprietarii magazinelor de schi să vândă snowboarduri Burton. A fost o ascensiune lentă, dar munca susținută și hotărârea lui au dat rezultate. Timp de 35 de ani, Carpenter a fost un susținător major și inovator al sportului, fiind activ în construirea celui mai important brand de snowboarding din lume.

În 1979 a avut loc un concurs de snurfing în Rockford, Michigan. Jake Burton Carpenter a decis să-și croiască drum și să intre în concurs cu propria placă. Deși nu se aștepta, comunitatea *snurfing* nu i-a acordat permisiunea. După unele negocieri, directorii de eveniment au adăugat o categorie *Open*, unde Carpenter era singurul concurent; evident că acesta a obținut primul loc în cadrul concursului. Carpenter deștelea lent, dar agresiv, calea pentru acest sport. El a făcut lobby ani de zile pentru ca snowboardingul să fie permis în stațiuni, care au început să accepte, una câte una.

Chiar dacă plăcile erau dificil de făcut și costisitoare, Carpenter credea cu adevărat că snowboardingul avea să devină o senzație. Cu toate acestea, pe coasta de est, sportul era încă foarte greu accesibil, folosind bocanci tari și vizând în primul rând competițiile. Snowboardingul de pe coasta de vest a fost o cu totul altă poveste.

017

Mișcarea Freestyle

În California, la sfârșitul anilor 1970, fostul campion de skateboarding, Tom Sims, era ocupat cu testarea „plăcii sale de schi” pe părțile locale. Sims, care era și un surfer avid, a fost motivat de posibilitatea de a face surf pe o placă pe tot parcursul anului. Cu resursele sale de producător consacrat de skateboarduri și un brand deja cunoscut, Sims a decis să facă modificări pe un prototip propriu de snowboard în Tahoe. Avându-l alături pe Chuck Barfoot, care și-a dat seama cum să utilizeze fibra de sticlă în producția de snowboarduri, Sims a devenit vânzător oficial al acestora. El trebuia doar să găsească oameni care să cumpere. Mike Chantry, pe atunci manager de parcuri de skateboarding în Reno, era familiarizat cu brandul Sims și a început să aducă skateboarderi profesioniști în Tahoe pentru a se da pe snowboardurile lui Sims. Inutil să mai spunem că Sims a adus influența din surf și skateboarding asupra snowboardingului, iar localnici, precum Terry Kidwell, Bob Klein și Mark Anolik, deveniseră intrigati.

Vechiul depozit din Tahoe City din North Lake Tahoe a devenit cunoscut prin faptul că a fost gazda primului *quarter-pipe*⁰⁴ de snowboarding și locul de naștere al snowboardingului liber. Când depozitul de gunoi a fost golit de buldozere, ceea ce a rămas a fost o formă de U în zona din spate, unde s-a acumulat zăpadă din abundență în timpul iernii. Depozitul a devenit locul preferat de snowboarderii care căutau să se perfecționeze. Kidwell, Klein și alții veneau după școală la groapă pentru a împinge zăpada cu mâna și cu lopețile pentru a finisa *drop-in-ul*⁰⁵, astfel încât să se poată da în sus și în jos pe perete, exact la fel ca pe un skateboard. Și vestea s-a dus mai departe. Fotografi specializați în skateboarding au început să se aventureze spre Tahoe pentru a realiza fotografii ale marilor skateri care încercau acest sport nou. În scurt timp, superstarurile din snowboarding au căpătat notorietate în reviste de skateboarding și surfing și interesul a început să crească.

Tom Sims a început să crească o echipă de copii care erau practic avocați pro-bono ai sportului, deoarece, la vremea respectivă, nu se investeau bani în snowboarding. Înțelegerea era următoarea: Sims le trimitea echipament gratuit, iar ei îl ajutau la îmbunătățirea plăcilor. Acestea mai aveau încă aripioare pe talpă, iar „legăturile“ erau făcute cu plăci de schi fond, fără spoiler la călcâi și nici curele pentru a fixa picioarele pe placă. Deoarece menținerea pe cant a devenit o preocupare din ce în ce mai mare, Sims și echipa lui au început să extragă marginile metalice de pe schiuri ca să le lipească pe muchiile plăcilor. Problemă rezolvată. Ei bine, cel puțin exista un progres.

Copilul nedorit începe să crească

Carpenter a fost unul dintre primii care au convins conducătorii stațiilor de schi să le permită snowboarderilor accesul la telescaune. Industria schiului a fost mai mult decât circumspectă, dată fiind imaginea pe care o aveau skateboarderii și cultura tinerilor la acea vreme. În condițiile în care directorii stațiilor de schi le refuzau accesul și, practic, nu le permiteau acestor „plăcari“ să le strice părțile și zăpada afânată prețioasă, snowboarderii au continuat să se simtă și să fie priviti ca niște străini.

04 Rampă tip sfert de conductă. (n.red.)

05 Intrarea în traseu. (n.red.)

Primul concurs de snowboarding a fost organizat în 1981 la Ski Cooper din Leadville, Colorado. „Regele Muntelui“, fondat de Richard Christiansen, proprietar de magazin, a fost un succes, dar stațiunea nu le-a permis snowboarderilor să folosească instalațiile pe cablu. Erau siguri că sportul era un moft. Presupun că au greșit.

Primele Campionate Naționale de Snowsurfing (NSC) au avut loc anul următor în zona de schi Suicide Six din Woodstock, Vermont. Cursele de coborâre au înregistrat o medie de viteză de 48 km/h, la jumătate față de viteza posibilă astăzi, dar un punct de reper la momentul respectiv. Atenția acordată stațiunii în cauză de televiziuni și reviste a convins conducerea să permită de atunci înainte accesul snowboarderilor pe pârtii. Progresul! Trei ani mai târziu, în 1985, NSC a devenit US Open of Snowboarding, deținut și operat de Burton și a fost mutat la Stratton, Vermont. Pe atunci, competiția includea doar probe de coborâre, iar costumele de viteză au făcut valuri, dar a fost abia începutul a ceea ce avea să devină unul dintre cele mai interesante evenimente ale sezonului. Astăzi, acesta este locul în care sunt încununăți cei mai buni snowboarderi de *superpipe*⁰⁶ și *slopestyle*⁰⁷ în timp ce poartă îmbrăcăminte lejeră, de zi cu zi, în concordanță cu mentalitatea actuală și stilul de viață al snowboarderilor.

019

În 1983, Tom Sims a organizat primele Campionate Mondiale de snowboarding la Soda Springs din Tahoe. În plus față de probele de coborâre și slalom, a decis să adauge și proba de *halfpipe*⁰⁸. Sims a rămas în istorie ca fiind prima persoană care a introdus stilul liber în competiție.

Pe măsură ce a crescut atenția mass-media în reviste și filme, și alți producători au început să caute căi pentru profit, iar industria schiului a început să se dezvolte în jurul acestui sport. În 1985, stațiunile Breckenridge din Colorado, Soda Springs, Stratton și Mammoth Mountain din sudul Californiei au început să permită accesul snowboarderilor. În anul următor, Stratton a fost prima stațiune care a oferit spre închiriere instructori și echipament de snowboarding. Sportul lua avânt.

În timp ce în America de Nord lucrurile prindeau contur, Jose Fernandes din Elveția luase și el act de acest lucru. A lucrat la propriul

06 Traseu tip jumătate de conductă cu pereți de 6,7 metri înălțime; o altă caracteristică a unui astfel de traseu este că lățimea lui este mai mare decât înălțimea pereților. (n.red.)

07 Traseu importat din skateboarding, care conține mai multe tipuri de elemente, printre care sărituri și glisări pe țevă. (n.red.)

08 Traseu tip jumătate de conductă. (n.red.)

său prototip și, în urma ascensiunii sportului în Statele Unite, Fernandes a decis să își comande o placă. Winterstick s-a răspândit pe ambele maluri ale Atlanticului, iar zumzetul snowboardingului creștea în volum.

În 1982, Les Arcs 2000 din Franța i-a invitat pe snowboarderi în noua sa stațiune, devenind astfel prima din Europa care făcea asta. Un alt pas în direcția corectă. Francezul Regis Rolland era un alt pionier european în domeniu. El și-a luat rolul de snowboarder bun în comparație cu schiorii răufăcători din filmul cult *Apocalypse Snow*. Filmul a servit drept preludiu pentru ceea ce a continuat pentru câțiva zeci de ani: snowboarderi alunecând singuri pe zăpadă, în timp ce schiorii îi ridiculizau.



020

Freestyler-ul Terje Haakonsen, aici în competiția din Openul SUA din 1992, este cel care a dezvoltat snowboardingul în Statele Unite și Europa.

În 1985, Hot Snowboards din Franța au lansat One Sixty, o placă cu canturi și cu formă parabolică, care permite snowboarderilor să facă viraje carve. Mulți producători i-au urmat exemplul.

În 1987, Europa a găzduit propriile Campionate Mondiale de snowboarding și restul, cum spun ei, este istorie. Ulterior, Fernandes a devenit președinte al ISF (Federația Internațională de Snowboarding). Unul dintre cei mai remarcabili profesioniști din Europa este legenda stilului liber, Terje Haakonsen. Haakonsen a devenit un simbol al