

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

Katedra sportů v přírodě

Metodika freestyle kiteboardingu

Bakalářská práce

Vedoucí Bakalářské práce:

Mgr. Radka Bačáková, Ph.D.

Vypracovala:

Tereza Soukupová

Praha, 2022

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem závěrečnou bakalářskou práci zpracovala samostatně a že jsem uvedla všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze, dne:

24.5.2022

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Touto cestou bych ráda poděkovala své vedoucí práce Mgr. Radce Bačákové, PhD. za odborné konzultace a vedení práce. Dále bych chtěla poděkovat všem, kteří mi pomohli k vypracování této bakalářské práce. Především instruktorovi a závodnímu jezdcí Martinu Příbylovi za cenné informace, rady a konzultace mých nápadů.

Abstrakt

Název: Metodika freestyle kiteboardingu

Cíl: Cílem bakalářské práce je vypracování přehledného metodického materiálu pro výuku triků kiteboardingu.

Metody: Práce byla vytvořena na základě analýzy literárních pramenů, jedná se o odbornou práci. Pro zpracování dat z informačních zdrojů internetových či knižních byla použita metoda obsahové analýzy a následná deskripce jednotlivých triků. Další informace byly získávány neformální cestou, konkrétně konzultací se závodními jezdci.

Závěr: Závěrem je vypracovaný přehledný materiál pro výuku kiteboardingových triků v základním provedení.

Klíčová slova: drak, prkno, vítr, hooked triky, air style, freeride

Abstract

Title: Freestyle kiteboarding methodology

Aims: The aim of the bachelor's thesis is to compile a methodological approach throughout the training of kiteboarding tricks.

Methods: The thesis was written on the basis of the analysis of the documents, it is a expert work. The method of content analysis was used for the data processing from the Internet and books which were used as the main sources of the information and subsequent description of individual tricks. More information were gained by the informal way – interviewing the professional riders.

Conclusion: A review of teaching kiteboarding tricks in the basic developement is worked out in the conclusion.

Key Words: kite, board, wind, hooked tricks, air style, freeride

Základní terminologie

Bán – nafukovací část kitu

Bar/ráhno – hrazda, kterou se kite ovládá

Bodydraging – tažení kitera vodou, při ztrátě prkna pro nastoupání

Depower – část baru, kde regulujeme výkon kitu okamžitě

Fina/flosna – ploutvička na spodní straně prkna k udržení směru jízdy

Grab – chycení prkna ve skoku

Handle – madlo mezi pady, pro nošení prkna

Hangtime – čas ve vzduchu po dobu skoku

Chicken loop – oko součástí baru, slouží k uchycení kitu k trapézu

IKO (International Kiteboarding Organization) – mezinárodní kiteboardingová organizace

Kite – drak

Kiteboard – kitové prkno

Kiteboarding/kitesurfing/kitesailing – kitování na vodě

Kitespot – vhodné místo pro kitování

Leash – pojistka, většinou pružná šňůra spojující trapéz a jednu šňůru draka

Pads – vázání na kiteboard, úchyty na nohy

Pop – malý skok

Power zóna – část větrného okna, ve kterém má kite největší tah

Switch – jízda na opačnou stranu po přední hraně prkna

Trapéz – pás uchycení kolem těla, slouží k přenosu tahu z kitu na tělo

Trim – část baru, která zkracuje nebo prodlužuje středové šňůry, reguluje výkon kitu

Twintip – prkno určené k jízdě v obou směrech

Unhooked – jízda bez uchycení kitu na trapéz, veškerý tah v rukou, pouze na triky

Větrné okno – prostor, ve kterém se kite pohybuje

(Křivan, 2009)

Obsah

1.	Úvod.....	10
2.	Cíle a úkoly práce.....	11
3.	Metodika práce.....	12
4.	Teorie kiteboardingu	14
4.1	Vznik a vývoj	14
4.2	Vybavení	15
4.2.1	Kite	16
4.2.2	Bar	20
4.2.3	Kiteboard.....	22
4.2.4	Trapéz.....	24
4.2.5	Ostatní vybavení.....	25
4.3	Vítr	26
4.3.1	Směr větru	26
4.3.2	Termika	27
4.3.3	Větrné okno	28
4.4	Powerkiting a jeho dělení	29
4.4.1	Landkiting	29
4.4.2	Snowkiting	29
4.4.3	Kiteboarding.....	30
4.5	Freestyle kiteboarding	31
4.6	Bezpečnost, základní pravidla.....	32
5.	Praktická část – Metodika freestyle kitesurfingu	34
5.1	Hooked freestyle	36
5.1.1	Backroll	37
5.1.2	Frontroll.....	38

5.1.3 Pop to blind	39
5.1.4 Darkslide	40
5.1.5 Hand drag	41
5.1.6 Jesus walk.....	42
5.1.7 Frantrum	43
5.2 Air style	44
5.2.1 Stiffy jump.....	45
5.2.2 Tabletop.....	46
5.2.3 Deadman.....	47
5.2.4 One footer.....	48
5.2.5 Board off	49
5.2.6 Kiteloop.....	51
6. Diskuze.....	52
7. Závěr.....	53
8. Seznam literatury.....	54

1. Úvod

Powerkiting, většinou označován jako kiteboarding, je relativně mladým sportem a je současně jedním z nejrychleji se rozšiřujícím extrémním sportem vůbec. Rychlost windsurfingu, triky wakeboardingu a obrovské skoky jsou typické pro kiteboarding. Kiteboarding je jízda na speciálním prkně s tažným drakem nad hlavou pouze za pomoci větru. Tento sport je možné provozovat celoročně díky jeho formám – kitesurfing (na vodě), snowkiting (na sněhu), landkiting (na trávě či asfaltu). Nejvíce rozšířený je na vodě. Stále častěji můžeme vidět kity i na českých vodních plochách nebo v zimě na zasněžených pláních. V České republice, i když nejsme přímořský stát, popularita tohoto sportu velmi rychle stoupá. I já jsem aktivní členkou této komunity již od útlého věku a láska k tomuto sportu mě provází prakticky celý život.

Čím dál větší obliba kitingu vede k neustálému vývoji a inovaci nejen vybavení, ale vyvíjí se i nové styly, techniky jízdy a především triky. Mladost tohoto sportu má vliv na omezené množství vyhledatelných zdrojů o kitingu, navíc informace z elektronických informačních zdrojů nejsou mnohdy validní. Nedostatek kvalitních informací mě inspiroval k sepsání této bakalářské práce. Materiály, které se mi podařilo dohledat, se zabývají pouze metodikou či výukou základního kiteboardingu, ale žádná se nespécializuje na freestyle disciplínu. Proto je moje práce zaměřená právě na metodiku triků, která není zřejmě nikde zpracována. Tato disciplína je mi velmi blízká, proto se aktuálně o výuky triků zajímám a současně se je snažím naučit.

Celá moje práce je soustředěna pouze na kiteboarding na vodě, protože ho v této formě provozuji nejčastěji a nejraději. Z výše uvedených forem kiteboardingu je i mezi populací takto nejrozšířenější.

Kiteboarding pro velkou část této komunity není pouhým sportem, ale životním stylem.

„Surfing, kitesurfing, windsurfing... ve všech podobách, se všemi vedlejšími efekty, tyto sporty rozšiřují kvality života, zábava a spojení s přírodou“ (Hosp, 2013, s. 8).

2. Cíle a úkoly práce

Cílem bakalářské práce je vypracování přehledného metodického materiálu pro výuku triků kiteboardingu.

Úkoly práce:

- Shromáždění dostupných pramenů k tématu
- Prostudování vybraných pramenů
- Kritická komparace shromážděných informací s mými vědomostmi a zkušenostmi z této oblasti
- Analýza a přehledné zpracování získaných informací
- Vypracování metodické řady freestylových triků

3. Metodika práce

Práce byla vytvořena na základě analýzy literárních pramenů, je sepsána formou odborné práce. Pro zpracování dat z informačních zdrojů internetových či knižních byla použita metoda obsahové analýzy. Další informace byly získávány neformální cestou, a to konzultací se závodními jezdci a instruktory kiteboardingu.

Odborná práce má deskriptivně-analytický charakter, kdy text přináší aktuální pohled na danou problematiku. Pro získávání informací byla použita metoda analýzy, převážně zahraniční literatury, která se touto problematikou zabývá. Validita internetových zdrojů se mnohdy vylučovala s pravdivými informacemi, tudíž byla použita kritická komparace informací s mými zkušenostmi. Bylo zde uplatněno i mnoho informací získané vlastními zkušenostmi.

Obsahová analýza spadá do kvantitativních analýz a je definována jako: *„analýza obsahu dokumentu zahrnující metody a pravidla pro stanovení tematiky dokumentu, případně časového a prostorového hlediska, čtenářského určení a formy dokumentu. Slovní vyjádření obsahu dokumentu v přirozeném jazyce je transformováno do věcných selekčních údajů v procesu věcného pořádkání nebo do vět v procesu sémantické redukce textu dokumentu“* (Balíková, 2003).

Teoretická část byla zpracována rešeršní formou. Literární rešerše je aktuální přehled poznatků na dané téma. Je charakterizována logickou posloupností, odbornou terminologií, relevantními zdroji, objektivním a uceleným zpracováním konkrétního tématu (Jersáková, 2021).

Deskripce neboli popis byla použita v praktické části práce. Deskripce je konstatování výskytu jevu, jeho vlastností a projevů, výsledkem pozorování, jednoduchou informací o situaci, stavu nebo průběhu děje (Buriánek, 2017).

Pro kapitolu teorie kiteboardingu, byly z větší části použity literární zdroje, a to jak české, tak i zahraniční. Naopak v praktické části práce jsem k literárním zdrojům přidala z větší části i elektronické, kterými jsou videa z YouTube kanálu. Nalezneme zde videa jak od profesionálních jezdců nebo profesionálních firem, tak od běžných kiterů, kteří si tyto metodická videa tvoří pro svoji vlastní zábavu. Pro svou práci jsem si vybírala videa tvořené od firmy DUOTONE Kiteboarding, která je jednou z největších a nejúspěšnějších firem kiteboardingového vybavení.

Dále jsem čerpala z bakalářských prací na toto téma, elektronických zdrojů, webových stránek, oficiálního webu mezinárodní kiteboardingové organizace (IKO) a velmi využívaným zdrojem

pro mě byla kniha Tricktionary přezdívána „bible kiteboardingu“ napsána Julianem Hospem a Thomasem Burbliem (2013).

4. Teorie kiteboardingu

4.1 Vznik a vývoj

Kiteboarding je jedním z nejrychleji se rozvíjejícím extrémním sportem vůbec. První zmínky o kiteboardingu, tehdy kite sailingu, jsou již z 12. století, kdy byli tažní draci využíváni indonéskými a polynéskými rybáři na jejich kánoích. Draci se používali k přepravě podél pobřeží Pacifiku již ve 13. a 14. století (Complete kiteboarding, 2022).

Kolem roku 1800 britský vynálezce Pockock využíval síly pro tah vozů na souši a lodí na vodě. Používal čtyřšňůrový systém podobný tomu, jaký známe dnes, díky tomu byly jeho vozy i lodě schopné pohybu proti větru. V roce 1903 se podařilo Samuelovi Codymu přeplout kanál La Manche na malé loďce. Až v roce 1977 Gijsbertus Adrianus Panhuisse získal první patent pro kitesurfing se specifiky vodního sportu. Přestože tento patent nebyl ve světě nijak zkomercializovaný, dal by se Panhuisse považovat za zakladatele kiteboardingu. Až do roku 1984 byly kity schopné startovat pouze ze země, nikoli na vodě. Právě vynález nafukovacího kitu od bratrů Legaigouxových měl pravděpodobně největší vliv na prudký rozvoj tohoto sportu (Křivan, 2009).

První světová soutěž se konala na ostrově Maui na Havaii. Účastnilo se jí závodníků a vítězem se stal Marcus „Flash“ Austin. Od tohoto roku existovaly i první kiteboardingové školy (Kites.cz, 2022).

4.2 Vybavení

Klíčovým faktorem pro kiting je vhodně zvolené vybavení. Během posledních pár let došlo k masovému rozvoji tohoto sportu, s čím souvisí i vývoj jeho vybavení. Každým rokem přichází nové a nové technologie, které posouvají kiting na vyšší úroveň. Mezi nejdůležitější prvek při výběru nejvhodnějšího vybavení patří kite a kiteboard a jejich odpovídající velikosti. Velikost kitu se určuje podle síly větru a hmotnosti kitera (viz. tabulka). Velikost kiteboardu odpovídá úrovně dosažených dovedností, čím menší kite, tím lepší jsem kiter, a také podle toho, které formě kiteboardingu se chci věnovat. Vždy musíme zkontrolovat celkově dobrý stav celé výbavy.

Tabulka 1: Výběr velikosti kitu vzhledem k síle větru a hmotnosti kitera (Hosp, 2013)

X	3-5 m/s	5,5-8 m/s	8,5-10 m/s	10,5-13 m/s	13,5-16 m/s
<60 kg	16 m ²	9-12 m ²	7-9 m ²	5-7 m ²	3-5 m ²
60-90 kg	17-19 m ²	12-17 m ²	9-12 m ²	7-9 m ²	5-7 m ²
>90 kg	19-21 m ²	17-19 m ²	12-17 m ²	9-12 m ²	7 m ²

Tabulka 2: Typ kitu pro danou disciplínu (Hosp, 2013)

Disciplína	Typ kitu
Začátečník, freerider	Hybrid, Bow
Airstyle	Bow, Hybrid
New school freestyle	C-Kite
Wave	Hybrid, Bow
Race	Hybrid, Bow
Snowkiting	Komorové kity
Landkiting	Komorové kity

4.2.1 Kite

Kite je základní část vybavení, když vybereme správný kite, máme z poloviny vyhráno. Vybírá se podle typu, tvaru a velikosti. Je to pohonná jednotka naší jízdy. Existuje několik typů kitu a jejich dělení. Máme kity komorové a nafukovací. Komorové se dále dělí na ty s otevřenou komorou a s uzavřenou, nafukovací se dělí na kite typu „C“, tzv. bowkite, a delta kite. Výběr kitu závisí i na formě a disciplíně kiteboardingu, kterou chceme provozovat, jestli jsme začátečníci, chceme skákat triky, jezdit ve vlnách nebo na rychlost.

Komorové

Komoroví draci vycházejí a jsou svým vyvázáním podobné paraglidu. Jsou vyráběny ze dvou vrstev, většinou z nylonu. Komory se pomocí větru nafouknou a tím drak drží svůj tvar. Mají obrovský větrný rozsah, díky tomu dokážou létat skoro za nulového větru. Když je zkombinujeme s vhodným prknem, můžeme kitovat už od 3,5 m/s, což je velice slabý vítr. Tito draci jsou charakterističtí právě svým větrným rozsahem, obrovským depowerem a velice dlouhým hang-timem. Velkou výhodou komorových kitu je možnost bezpečného samostatného startu draka i jeho přistání, a to bez jakékoliv asistence okolí na kterémkoliv povrchu.

Otevřené komory

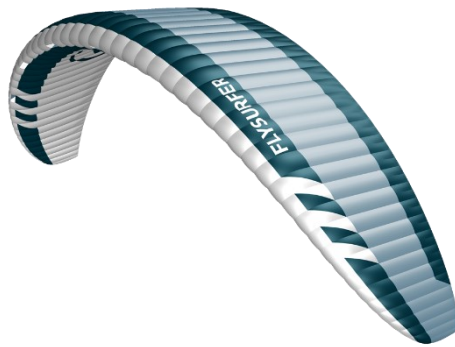
Tento typ kitu díky otevřené náběžné straně vyžaduje relativně stabilní vítr bez velkých poryvů. Mohlo by se totiž stát, že by se komory vyprázdnily, drak by ztratil svůj tvar a spadl. U otevřených komor je velkou nevýhodou, že se při pádu na vodní plochu prakticky okamžitě napustí vodou a znovu vzlétnout je zcela nemožné. Z tohoto důvodu se pro jízdu na vodě nepoužívají, jsou určeny především na snowkiting a landkiting.



Obrázek 1:Kite s otevřenou komorou (Future kiting, neuvedeno)

Uzavřené komory

V současné době je tento typ kitu asi nejvšestrannější. Díky svým uzavíratelným komorám mohou být použity i k jízdě na vodě, protože i když kite spadne na hladinu, je možné s ním znovu vzlétnout i po delší době, co leží na hladině, a „nenapustí“ se vodou. Řadí se mezi nejvýkonnější kity vůbec a mají bezkonkurenčně nejdelší hang-time ze všech. Kvůli tomu jsou využívány právě u disciplíny airstyle. Jediná nevýhoda těchto kitů je jeho pořizovací cena, která je opravdu velmi vysoká (Příbyl, 2016).



Obrázek 2: Kite s uzavřenou komorou (Kiteboarding.cz, 2015)

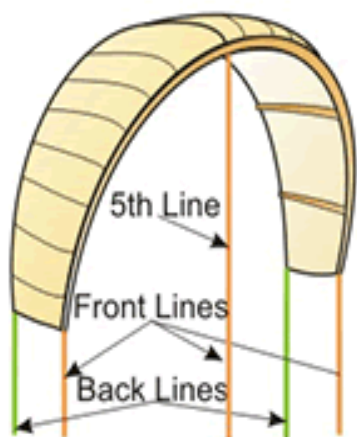
Nafukovací

Nafukovací kite, anglicky označován jako LEI (leading edge inflatable = nafukovací náběžná hrana), má zcela jinou konstrukci, tvar a vlastnosti oproti komorovému kitu. Pro výrobu se využívá jednovrstevná tkanina odolná proti protržení s velmi nízkou elasticitou (Boyce 2004).

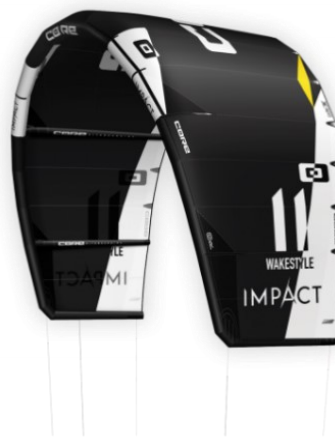
Kite drží stejný tvar díky své nafukovací konstrukci, kterou tvoří tzv. hlavní bán a několik na něj kolmých menších spir, nafouknutých na dostatečný tlak, který je většinou napsán na samotném kitu u nafukovacího ventilu. Každý kite má tlak nafouknutí jiný, obecně platí, že čím menší kite, tím větší tlak je potřeba. Nafouknutí nám umožňuje po pádu draka na vodní hladinu opětovné vzlétnutí, proto jsou tyto draci nejideálnějšími a nejvyužívanějšími draky pro kiteboarding na vodě. Nevýhodou nafukovacího kitu je, že bezpečné vzlétnutí a přistání můžeme provádět pouze s pomocníkem, který nám draka hodí a chytí. Dělíme je podle tvarů, protože každý tvar má jiné vlastnosti, a podle vyvázání na C-Kites, Bow Kites a Hybrid Kites.

C-Kite

Kite tohoto tvaru je jednoznačně nejstarším typem. Udržel si svou popularitu od samých začátků až do dnešní doby. Je to velmi oblíbený tvar mezi new school freestylisty díky svým vlastnostem. Je velice rychlý a přesný v řízení, má stabilní tah v tricích a vynese kitera do největších výšek. S tímto drakem kiter přesně ví, kde se jeho drak nachází, a to je způsobeno tím, že ho můžeme nejméně zdepowerovat oproti ostatním tvarům draků, a to kvůli jeho navázání. Je navázán 4. šňůrami pouze za ucha kitu, což snižuje jeho efektivní plochu a pojme menší rozsah větru. Často se vyrábí s pátou šňůrou, která tento problém lehce vylepšuje. Pátá šňůra je připevněna k náběžné straně kitu a slouží jako bezpečnostní prvek ke zmenšení a zvětšení výkonu kitu, po odstřelení na ni drak takzvaně vyvlaje. Je to nejvýkonnější kite, a proto se doporučuje zkušenějším jezdcům.



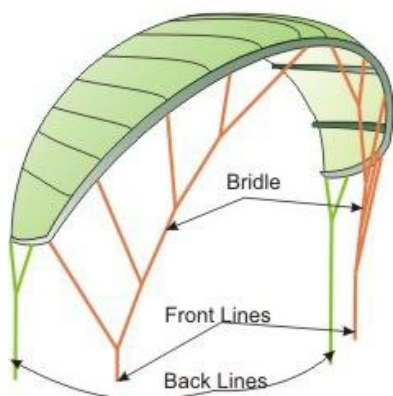
Obrázek 3: C-Kite (Matroos, 2022),



Obrázek 4: C-Kite Core (Core, neuvvedeno)

Bow Kite

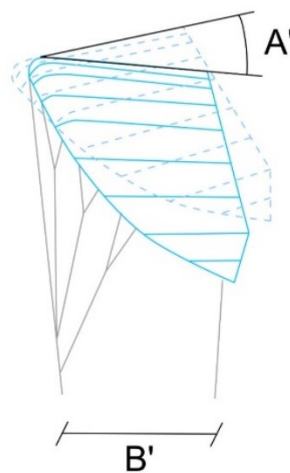
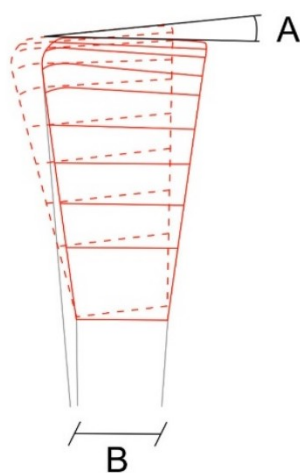
Jako druhý přišel na trh po dlouhé době bow kite. Jeho tvar připomíná luk, kvůli kterému je jeho efektivní plocha mnohem větší. Je charakteristický svým čtyřšňůrovým vývazem, který je po celé náběžné hraně, díky kterému drak pojme velký větrný rozsah. Je pomalejší při manévrování, ale ve větru je stabilnější a odpustí nám mnoho chyb. Největší výhodou bow kitu je možnost úplného zdepowerování. Původně vůbec nebyl určen pro začátečníky, ale byl určen pro zkušené jezdce pro jízdu ve vlnách, kvůli již zmíněnému větrnému rozsahu, který tento kite pojme. Dnes je používán právě ve školách k výuce, ale i pro freestyle ježdění, závody na rychlost a airstyle pro jeho dlouhý hangtime (Kiteboardin.cz, 2015).



Obrázek 5: Bow Kite (Kite generation, 2022),



Obrázek 6: Bow Kite (Core, neuvedeno)



Obrázek 7: Rozdíl depoweru mezi „céčkem“ a bow kitem (Awa salu, 2018)

Delta /Hybrid Kite

Toto jsou kity, které jsou něco mezi C-Kitem a Bow Kitem. Každý je nazývá jinak – někdo Dely, někdo Hybridy. Podle IKO jsou nazývány jako Dely, protože svým tvarem připomínají písmeno D. Byly vyvinuté jako poslední, a to s myšlenkou spojit výkon C-Kitu a větrný rozsah Bow Kitu. A podařilo se, jsou vhodné na všechny styly jízdy. Vyrábí se čtyřšňůrové i pětišňůrové a jsou vyvázané u náběžné hrany kitu. Delta kitů je spousta tvarů, není to jeden konkrétní, jako je „céčko“ nebo „bowčko“. Různé firmy vyrábí různé tvary s různým vyvážením a tím mají kity lehce odlišné vlastnosti. Některé jsou spíše podobné „céčkům“, některé zas „bowčkům“. Delta je oproti „céčku“ sice pomalejší, ale za to nás vynese do větší výšky a má nejdelší hangtime (= čas strávený ve vzduchu při skoku). Také se s ní velmi dobře

stoupá proti větru, je to nejpohodlnější kite pro freeride, vlny a do slabého větru (IKO, 2019; Duotone, 2022).



Obrázek 8: Delta/Hybrid kity (Awa salu, 2018)

4.2.2 Bar

Bar, v česku používáno i hrazda nebo říditka, slouží k ovládní kytu. Je připojen ke kytu dvěma až pěti šňůrami. Všechny fungují na stejném principu ovládní. Liší se pouze v počtu šňůr, velikosti, designu a bezpečnostním systémem.

Dvou-šňůrový

Tento bar se používá pouze pro úplné začátečníky jako tréninkový prostředek s malými komorovými kity. Je velmi rychlý a jednoduchý na řízení, aby začátečník pochopil základní principy ovládní. Nepřítomnost bezpečnostní pojistky je nevýhodou, protože když začátečník kity neudrží, nekontrolovatelně nám drak ulítne několik metrů po větru.



Obrázek 9: Dvoušňůrový bar (Nejlevnější draci, 2020)

Tříšňůrový

Tento bar je stejný jako dvoušňůrový, má pouze navíc třetí bezpečnostní šňůru, kterou máme suchým zipem připevněnou k zápěstí. Kdyby začátečník kite neudržel, vyvlaje mu právě na této třetí šňůře.



Obrázek 10: Tříšňůrový bar (Powerkiteshop, 2022)

Čtyřšňůrový

Toto je nejpoužívanější bar. Vlastní depowerový i bezpečnostní systém. Šňůry na koncích baru jsou navázané na odtokové hraně kitu a říká se jím zadní nebo řídicí, protože ovládají kite. Uprostřed jsou spojeny přední neboli nosné šňůry, které jsou připevněny chickenloopem ke kiterovi a přenáší na něj výkon kitu. Jsou navázány na náběžné přední hraně kitu. Depowerová šňůra je prostřední, po které posouváme bar a tím měníme okamžitý výkon kitu. Na každém baru je u chicken loopu také očko na připevnění leashe.

Při změně povětrnostních podmínek, když jsme na vodě, můžeme ovlivnit výkon kitu, a to tzv. trimem nebo adjusterem (seřizovačem), kterým změním poměr předních a zadních šňůr a tím se nám zvětší nebo zmenší výkon kitu (Hosp, 2013).

Pětišňůrový

V podstatě obdobný jako čtyřšňůrový, ale je k němu připojena pátá šňůra, která slouží především jako bezpečnostní. Je napojena na náběžnou hranu, čím C-Kity získají depower a při pádu se jím díky ní lépe startuje z vody. Když kite „odstrelíme“, zůstane vyvlátý právě a ni.



Obrázek 11: Čtyř/pětišňůrový bar (upraveno dle Best, 2021)

4.2.3 Kiteboard

Kiteboard je prkno, po kterém se pohybujeme po vodě. Dříve se jezdilo na velkých jednosměrných prknech s velkým výtlakem, ale dnes už existuje mnoho typů. Výběr závisí na stylu jízdy, váze kitera a druhu powerkitingu. Liší se ve tvaru, velikosti a jízdních vlastnostech.

TwinTip

TwinTip je nejčastěji využívané prkno, a to i díky tomu, že je obousměrné. To znamená, že s ním můžeme jezdit na obě strany bez změny postavení. Vychází z wakeboardového prkna, akorát je pružnější a má navíc na každém rohu prkna finy (ploutvičky zespodu prkna pro lepší stabilizaci a držení směru při jízdě). Je vhodné jak pro začátečníky, tak pro freestyle kitory, protože se na něm lehčeji dělají triky a díky poutkům máme i lepší kontrolu nad prknem (Spanjersberg, 2007; Nagle, 2016).

Jsou dva typy vázání, nejpoužívanější je volné vázání, pady/strapy nebo česky poutka, do kterých nohy pouze vsuneme a mezi nimi je madlo na chycení prkna. Druhým typem je pevné vázání, tzv. wake style straps. Toto vázání se používá především na new school freestyle, ve kterém se skáčou extrémní triky a je potřeba mít pevně přidělané nohy k prknu, aby nám neulítlo. Vhodné pro pokročilé kitory. Rozlišujeme u nich délku, tvar, tvrdost, prohnutí.



Obrázek 12: TwinTip (Snowboardel, 2022)

Směrové prkno/Vlnové prkno

Toto prkno se využívá na jízdu ve vlnách a tvarem je totožné s prknem surfovým. Jsou to prkna, kde rozlišujeme před a zad, tudíž umožňují jízdu pouze jedním směrem; to znamená, že při každém obratu musíme měnit postavení. Většinou nemají žádná poutka, takže je náročnější prkno ovládat., Pokud poutka mají, tak pouze volné. Oproti twintipům jsou větší a mají větší výtlač a je těžší je ovládat. Jsou určené do vln pro zkušenější jezdce.



Obrázek 13: Vlnové prkno (Snowboardel, 2022)

Hydrofoil

Poslední dobou se jízda na hydrofoilu velice rozšířila. Prkno umožňuje jízdu i za velice slabého větru. Dlouhá fina zakončená tzv. křídlem umožňuje kiterovi „levitovat“ nad vodou. Křídlo je konstruováno tak, že voda, která okolo něj proudí, na něj působí hydrostatickým vztlakem a vynese nás nad hladinu vody. Oproti TwinTip prknům je mnohem rychlejší a lépe se s ním stoupá proti větru díky jeho minimálnímu odporu.



Obrázek 14: Foil set (Snowboardel, 2022)

4.2.4 Trapéz

Je to pás, který slouží ke spojení jezdce s kitem, abychom nemuseli držet sílu draka ve vlastních rukou. Přenáší váhu jezdce na draka a tah z draka na jezdce. Kite je spojený přes chicken loop k háku, který je připevněn k trapézu. Rozlišujeme dva základní typy trapézů, které se liší v rozložení tahu z draka na jezdcovo tělo (Křivan, 2009).

Sedací

Tento trapéz je využíván především u začátečníků. Trochu připomíná sedák horolezecký, má popruhy kolem pasu a mezi nohama, tudíž nám nevyjiždí na hrudník. Tento trapéz se nejvíce využívá při buggykitingu a snowkitingu. Pozice háku je pod těžištěm těla a je pro pokročilejší kiting na vodě nevhodný. Při skocích s tímto trapézem máme menší stabilitu a hrozí větší riziko pádu na hlavu (Hrabovský, 2017).



Obrázek 15: Sedací trapéz (Snowboardel, 2022)

Bederní

Bederní trapéz je nejvyužívanější. Zapíná se okolo pasu a neomezuje nás v pohybu. Tím, že je hák upevněný výš než u sedacího trapézu, tak máme větší kontrolu nad těžištěm těla a lepší rozložení váhy. Ve vzduchu při skocích tím nedochází ke ztrátě stability. Rozlišují se podle šířky a především podle tvrdosti v bederní oblasti. Využívají se především pro kiting na vodě.



Obrázek 16: Bederní trapéz (Snowboardel, 2022)

4.2.5 Ostatní vybavení

Leash

Leash slouží jako druhá pojistka. Jedna část je připevněna k očku na baru, které je napojeno na pátku šňůry u pětišňůrového baru anebo na přední (leashovou) šňůru u čtyřšňůrového baru. Druhý konec je připevněn k trapézu. Účelem je, aby nám kit po jeho odstřelení v krizové situaci neulítl, neztratili jsme ho a zůstal vyvlátý na jedné šňůře. V extrémní situaci je i na leashi nouzová pojistka, kterou můžeme odstřelit, a tím se od nás celý kite odepne a uletí.



Obrázek 17: Krátký leash (Kiteboarding.cz, 2015)

Oděv

Ochranné obleky, čímž myslím neopreny, se používají především v chladnějších oblastech. Jsou různé tloušťky a délky podle počasí a teploty. Ve velmi chladných podmínkách používáme i neoprenové kukly, rukavice a boty. Chrání nás před podchlazením, ale zmírňují i bolesti při dopadech a částečně proti řezným ránam, které nám mohou způsobit šňůry od draka (Smrčková, 2011).

Nejen v chladných podmínkách musíme naše tělo chránit. V teplých podmínkách musíme chránit naši kůži před spálením, proto je dobré se namazat opalovacím krémem nebo si obléct lycrové tričko, které pohlcuje UV záření a zároveň ochlazuje naše tělo, čímž nás chrání před úpalem.



Obrázek 18: Lycrové tričko (Snowboardel, 2022), Obrázek 19: Neopren (Snowboardel, 2022)

4.3 Vítr

Kiteboarding závisí především na směru, stálosti a rychlosti větru. Vítr je vektor, má směr a rychlost, měří se v m/s a platí, že 1 m/s je 3,6 km/h. Vzniká rozdílem tlaků vzduchu nad zemí v jednom místě (Karas a spol., 2007).

Rychlost větru můžeme odhadnout i bez využití anemometrů, a to podle dnes nejnámější Beaufortovy stupnice. Rozlišuje rychlost větru podle projevů větru na souši a na moři.

„Beaufortova stupnice pro evropské poměry končí stupněm 12. V celosvětovém měřítku se tato hranice posunuje podstatně výš a končí stupněm 17 BFt. Mezinárodní stupnice, představujícím rychlost 218 km/h“ (Dítě, a kol., 1984).

stupeň	rychlost větru		tlak větru v kg/m ² odpovídající měření v 10 m	slovní označení	znaky na souši	znaky na moři
	m/s	km/h				
0	0-0,2	0-1	0	bezvětří	kouř stoupá svisle vzhůru	moře je zrcadlově hladké
1	0,3-1,5	1-5	0-0,1	vánek	kouř už nestoupá úplně svisle, korouhev nereaguje	malé šupinovitě zčeřené vlny bez pěnových vrcholů
2	1,6-3,3	6-11	0,2-0,6	slabý vítr	vítr je cítit ve tváři, listí šelestí, korouhev se pohybuje	malé vlny, ještě krátké, ale výraznější, se sklovitými hřebeny, které se nelámou
3	3,4-5,4	12-19	0,7-1,8	mírný vítr	listy a větvičky v pohybu, vítr napíná prapory	hřebeny vln se začínají lámat, pěna převážně skelná. Ojedinelý výskyt malých pěnových vrcholů.
4	5,5-7,9	20-28	1,9-3,9	dostí čerstvý vítr	vítr zvedá prach a papíry, pohybuje větvičkami a slabšími větvemi	vlny ještě malé, ale prodlužují se. Hojný výskyt pěnových vrcholů.
5	8,0-10,7	29-38	4,0-7,2	čerstvý vítr	hýbe listnatými keři, malé stromky se ohýbají	dostí velké a výrazně prodloužené vlny. Všude bílé pěnové vrcholy, ojedinelý výskyt vodní tříště.
6	10,8-13,8	39-49	7,3-11,9	silný vítr	pohybuje silnějšími větvemi, telegrafní dráty sviští, nesnadné jest používat deštník	velké vlny. Hřebeny se lámou a zanechávají větší plochy bílé pěny. Trochu vodní tříště.
7	13,9-17,1	50-61	12,0-18,3	prudký vítr	pohybuje celými stromy, chůze proti větru obtížná	moře se bouří. Bílá pěna vzniká lámáním hřebenů vytváří pruhy po větru.
8	17,2-20,7	62-74	18,4-26,8	bouřlivý vítr	lámé větve, vzpřímená chůze proti větru je již nemožná	dostí vysoké vlnové hory s hřebeny výrazné délky od jejich okrajů se začíná odtrhávat vodní tříšť, pásy pěny po větru
9	20,8-24,4	75-88	26,9-37,3	vichřice	menší škody na stavbách	vysoké vlnové hory, husté pásy pěny po větru, moře se začíná valit, vodní tříšť snižuje viditelnost
10	24,5-28,4	89-102	37,4-50,5	silná vichřice	na pevnině se vyskytuje zřídka, vyvrací stromy a ničí domy	velmi vysoké vlnové hory s překlápajícími a lámajícími se hřebeny, moře bílé od pěny. Těžké nárazovité valení moře. Viditelnost zřetelně omezena vodní tříští.
11	28,5-32,6	103-117	50,6-66,5	mohutná vichřice	rozsáhlé zpuštění plochy	mimořádně vysoké pěnové hory. Viditelnost znehodnocena vodní tříští.
12	32,7-?	118-133	66,6-??	orkán	ničivé účinky odnáší domy, pohybuje těžkými hmotami	vzduch plný pěny a vodní tříště. Moře zcela bílé. Viditelnost velmi snížena. Není výhled.

Obrázek 20: Beaufortova stupnice (Blažej, nevedeno)

4.3.1 Směr větru

Směr větru znamená odkud, tedy ze které světové strany, vítr fouká. Například: západní vítr vane ze západu. Při kiteboardingu navíc rozlišujeme směry větru na spotu vzhledem ke břehu:

- On-shore – vítr vane kolmo na břeh
- Off-shore – vítr vane z pevniny na moře
 - kiteři by na tento směr větru neměli vůbec jezdit, protože tento vítr většinou není tak čistý a situace mohou být velmi nebezpečné
- Side- shore – vítr vanoucí s pobřežím

Toto jsou tři základní směry, poté rozlišujeme:

Side-on shore – vítr vanoucí šikmo na břeh

Side-off shore – vítr vanoucí šikmo od břehu



Obrázek 21: Směry větru vůči břehu (Madness water, 2022)

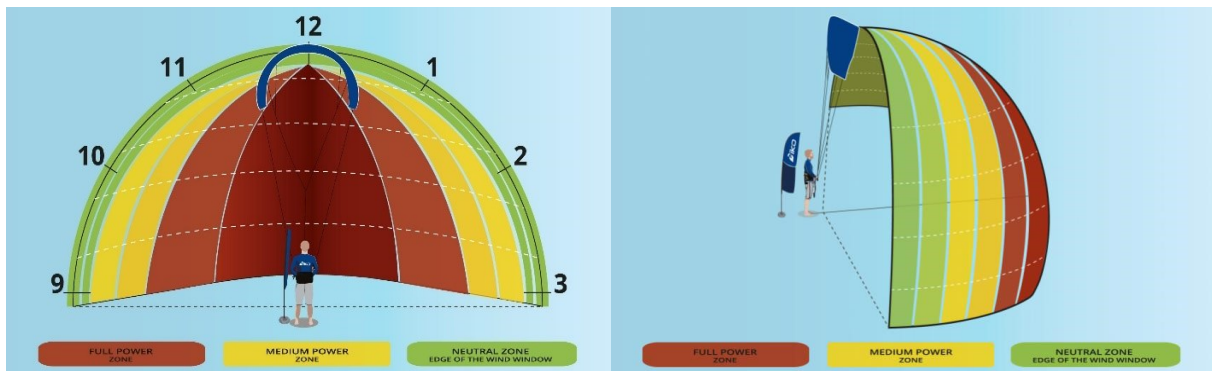
4.3.2 Termika

Zemský povrch je velmi členitý a z různých materiálů, proto se stává, že při slunečním svitu se prohřívá velice nerovnoměrně. Od zemského povrchu se prohřívají i vrstvy vzduchu, čím teplejší je vzduchová vrstva, tím je řidší a lehčí, tedy stoupá vzhůru. V jiném místě zase vzduch klesá a dává prostor tomu teplejšímu. Výstupné a sestupné pohyby vzduchu, vznikající na základě nepravidelného ohřívání zemského povrchu (Dvořák, 2003).

Termika je pro kityery dobrá při výběru spotu. Je “jistým“ větrem. Například na jezeru Garda fouká termika, a proto je tak oblíbená pro kityery i ostatní sportovce využívající vítr.

4.3.3 Větrné okno

Větrné okno je prostor ležící před kiterem, když mu vítr fouká přímo do zad. Prostor, ve kterém se pohybuje drak. Jeho velikost je dána délkou šňůr. Pole je pomyslně rozděleno na dvě zóny, tzv. power zónu a neutrální zónu. Drak má největší tah právě uvnitř a v okolí power zóny. V neutrální zóně neboli na kraji letového okna má tah menší, kde se doporučuje s ním manipulovat v krizových situacích. Nejstabilnější místo, kde má drak nejmenší tah, je přímo nad hlavou, tzv. na dvanácté hodině, tam by měl drak, pokud je správně vyvážen, držet ve vzduchu sám. Ovšem tento akt ovlivňuje mnoho faktorů, jako je například stálost a síla větru. V tomto prostoru se orientujeme pomocí hodinového ciferníku. Po pravé straně máme třetí hodinu a po levé devátou hodinu. Velikost větrného okna se mění v závislosti na síle větru. Jestliže je vítr silný, větrné okno je podstatně větší a drak je rychlejší a má větší tah ve většině okna. Naopak když je vítr slabý, okno se zmenší a tím i prostor, kde se drak může pohybovat (Boyce, 2004).



Obrázek 22: Větrné okno (IKO, 2022), Obrázek 23: Větrné okno (IKO, 2022)

4.4 Powerkiting a jeho dělení

Powerkiting je označením pro všechny druhy kitingu. Je to sportovní aktivita, která využívá sílu větru pomocí tažného draka k pohybu na zemi, vodě či sněhu. Většinou se pohybujeme na longboardu, wakeboardu, snowboardu, lyžích nebo i buggyně. Výběr vybavení, závisí nejen na větru, ale i právě na tom, jaký druh kitingu chceme provozovat. Dle využití dělíme kiting na:

- Landkiting
- Snowkiting
- Kiteboarding

4.4.1 Landkiting

Landkiting se vyznačuje jízdou po zemi. Využívají se především tzv. Mountainboardy, což jsou terénní prkna na kolečkách s pady, pro lepší představu prkna, která jsou vizuálně velmi podobná longboardům, můžeme je tedy označit jako terénní longboardy. Dále můžeme vidět landkiting spojovaný s tříkolovou károu, tzv. buggy. Nesmíme opomenout, že u landkitingu se používají kity menších velikostí. Je to způsobeno menším odporem jízdy po zemi oproti jízdě na vodě. Zpravidla komorové kity odpovídající velikosti. I u této formy kitingu je možnost skákat.

4.4.2 Snowkiting

Snowkiting, jak už nám napovídá název, se jezdí po sněhu, na snowboardu nebo na lyžích. Můžeme se ovšem setkat i s jízdou na bruslích po ledové ploše. Oproti sjezdovému lyžování a snowboardingu lze díky tažné síle draka jezdit po rovině a dokonce i do kopce. Pro velmi malý odpor na sněhu lze snowkiting provozovat již od 4 m/s. Také se kvůli tomu využívají kity menší velikosti. Rozdílem vybavení oproti kiteboardingu je typ kitu, využívají se především komorové kity, a to i z důvodu jednoduchosti a bezpečnosti startování bez dopomoci. Nezdařené skoky jsou při snowkitingu pochopitelně bolestivější a mohou vést k častějším úrazům, než je tomu při kiteboardingu. Jednou z forem je kite-flying, což je nebezpečná forma, při které se jezdec může vznést do výšky několika metrů a být ve vzduchu více než minutu. Kiter směřuje dolů ze svahu a díky sklonu terénu a dostatečnému větru může dosáhnout takto dlouhých poletů.

4.4.3 Kiteboarding

Kiteboarding, často také kitesurfing, je nejrozšířenější formou powerkitingu. Je provozován na vodní ploše, přičemž k jízdě využívá prkno. Při jízdě na vodě nám vzniká mnohem větší odpor oproti jízdě po zemi či sněhu, tím pádem se používají i větší kity. Je rozdílný dokonce i typ kitu, a to v tom, že je nafukovací. Má nafukovací hlavní náběžnou stranu pro udržení kitu na vodě po případném pádu kitu do vody. Můžeme provádět různé skoky a triky bez využití umělých překážek, pouze za pomoci větru a dostatečných schopnostech kitera, to se nazývá freestyle. Zahrnuje širokou škálu triků a technik obohacených například o graby a rotace. Další formou je tzv. jibing, tím se rozumí jízda v kiteparku s uměle vytvořenými překážkami (raily, bednami atd.), tato forma je určena pro zkušenější jezdce. I v Česku se pořádají závody v různých disciplínách, kterými jsou: AIRSTYLE (někdy nazývaný jako oldschool freestyle) – triky, skoky a jejich provedení, NEW SCHOOL FREESTYLE (někdy označován jako wakestyle) – disciplína freestylu vycházející z wakeboardingu, WAVE – ježdění na vlnách, surfování s kitem, RACE – okruhový závod na hydrofoilu nebo twintipu, SPEED – maximální rychlost, FREERIDE – vše dohromady (Křivan, 2009; Český kiting, 2022).

4.5 Freestyle kiteboarding

Freestyle kiteboarding je pro diváka nejatraktivnější disciplínou kitingu. Pro ktery je to disciplína, kde se mohou neustále posunovat dál a učit se nové věci. Zaměřuje se na triky, které jsou nedílnou součástí tohoto sportu. Každý, kdo se chce v kitingu posouvat, s freestylem začne. Zahrnuje všemožné akrobatické skoky, graby (= chycení prkna), rotace, board-offy (= sundání prkna), loopy (= otočení kitu o 360° ve vzduchu). Při této jízdě nic není nemožné.

V dnešní době neexistuje oficiální název pro skupinu triků, kromě wakestyle neboli new school freestyle, kdy jsou veškeré triky pouze unhooked. Názvy jako old school freestyle nebo hooked freestyle jsou tedy označením pro hooked triky. Podle Hopse v jeho knize, která je přezdívána „biblí kiteboardingu“, jsou triky rozděleny do sekcí airstyle a new school freestyle. Airstyle jsou triky, které se skáčou ve velkých výškách, kdežto triky, které nejsou ani airstyle ani new school freestyle, jsou triky, které se skáčou těsně nad hladinou vody, nebo v několika málo metrech. Tyto triky budu nazývat hooked freestyle.

New school freestyle neboli wakestyle jsou unhooked triky. To znamená skoky a triky, kdy odhákne chickenloop od háku na trapézu a veškerou sílu kitu držíme v rukách. Toto je opravdu velmi náročná a často i nebezpečná disciplína, do které se každý neodváží. Tento styl kitingu chce velmi mnoho zkušeností, je pro opravdové experty a závodní jezdce, na běžném spotu se s takovým kitingem setkááme opravdu velmi zřídka. Proto se zaměřím na airstyle a hooked freestyle.

Obecně pro airstyle a hooked freestyle je nejlepším vybavením delta nebo bow kite. Jsou lehce ovladatelné, ledasco nám odpustí a mají dlouhý hangtime. Z prken je nejoblíbenější TwinTip s větším rockerem (= prohnutím). Prohnutí prkna nám zaručuje lepší stoupání proti větru a lepší ovladatelnost prkna pro zařiznutí před skokem. Pro airstyle a hooked freestyle se vždy používá volné vázání na prknu pro možnost sundávání prkna při tricích (IKO,2019).

Ideální podmínky pro freestyle jsou prakticky všechny, a to od flatu (= úplně rovná voda), až po rozbouřenou vodu. Záleží na tom, co komu vyhovuje. Pro učení triků je nejvhodnější flat nebo malé choppy. To jsou malé nepravidelné vlnky na hladině od větru, ze kterých se nám lépe odráží (IKO, 2019).

4.6 Bezpečnost, základní pravidla

Kiteboarding se neřadí do extrémních sportů jen tak, je nebezpečným sportem, ovšem pouze v případě nedodržování pravidel a bezpečnosti. Většina nehod, bohužel často i smrtelných, způsobují začátečníci a kiteři, kteří přeceňují své dovednosti a nedodržují bezpečnostní pravidla. Drtivá většina vážných nehod se stává na břehu a v jeho blízkosti, například při startu nebo přistání a manipulaci s kitem nad hlavou. Při samotné jízdě nám už tolik nehrozí. V dnešní době s rostoucí popularitou tohoto sportu vznikají pláže s určitými pravidly, kde je kiteboarding povolen pouze na vymezených částí pláže, nebo dokonce už i zakázán. Napnuté šňůry kitu jsou pro okolí velice nebezpečné. Každý kiter je zodpovědný za to, že jeho vybavení nezraní jeho ani žádné lidi v jeho okolí. Důležitým prvkem je i kontrola našeho vybavení. Vždy musíme zhodnotit, zda jsou správné povětrnostní podmínky a máme dostatečný prostor kolem sebe, kde nejsou žádné překážky především po větru.

Existuje osm základních pravidel IKO, která by měl znát a dodržovat každý kiter.

1. Zlaté pravidlo

Pokud stoupáš proti větru, drž svůj kite vysoko.

Pokud klesáš po větru, drž svůj kite nízko.

2. Pravidlo vstupu do vody

Kiter, který chce jít na vodu, má vždy přednost před tím, který chce jít z vody.

3. Přednost zprava

Pokud proti sobě jedou dva kiteři, má přednost ten, který má kite na pravé straně. Protijedoucí kiter ho podjede. Viz. zlaté pravidlo.



Obrázek 24: Pravidla na vodě (IKO, 2019)

4. Stejný směr

Pomalejší kiter nesmí být nijak omezován. Rychlejší jezdec musí dát přednost pomalejšímu vpředu.

5. Přednost na vlně

Jezdec na vlně má vždy přednost.

6. Skok

Pro skok musí mít kiter bezpečnostní zónu 50 m po větru a 30 m proti větru.

7. Přednost jiných uživatelů

Kiter musí brát ohled a dát přednost všem ostatním na vodě, jako jsou například lodě nebo windsurfaři.

8. Břeh

Dva kiteři, kteří se potkají současně na pláži v situaci, kdy jeden jde do vody a druhý z vody, se od sebe musí držet co nejdále

(IKO, 2019)

5. Praktická část – Metodika freestyle kitesurfingu

Před začátkem učení se jakéhokoliv triku je nutností zvládnout několik dovedností, které nejsou brány jako triky, ale pro freestyle jsou potřeba.

Před specializací na jakoukoliv disciplínu je nutné zvládnutí základních kiteboardingových dovedností, kterými jsou: samotná jízda ve slabém i silném větru, regulace výkonu, odstřelení draka, self rescue, body dragging a jízda po a proti větru. Mezi další předpoklady, které jsou nadstavbou základních dovedností, ale jsou nutné pro freestyle, je skok, jízda na switch a kiteloop.

Skoky dělíme na dva typy. Jeden z nich se nazývá pop. Je to nízký skok bez změny směru a použití tahu kitu. Odraz u tohoto skoku připomíná ollie jako u skateboardingu nebo snowboardingu. Provádíme ho tak, že ve vyšší rychlosti mírně odpadneme po větru, poté vyostříme prknem proti větru a získáme pnutí mezi námi a kitem, v tu chvíli se lehce odrazíme spíše ze zadní nohy a necháme se kitem vytáhnout nahoru a dopředu. Ve vzduchu jsme zpevnění a připravujeme se na dopad. Při dopadu je přední noha výš než zadní, aby se nám špička nezanořila pod vodu, což by vedlo k pádu (Křivan, 2009).

Druhým typem je skok iniciovaný kitem, který nás vynese do výšky. Skok zahajujeme s kitem zhruba na druhé hodině a lehce zrychlíme, odpadneme mírně po větru a najdeme si vhodné místo pro odraz (buď úplný flat nebo malou vlnku). Vyletíme s kitem prudce lehce za dvanáctou hodinu a prknem vyostříme proti větru a dostaneme se tak do protipohybu. V tu chvíli prudce přitáhneme bar, odrazíme se a to nás vynese do výšky. Kite máme stále lehce za dvanáctou hodinou a jsme zpevnění, když cítíme, že začínáme klesat s kitem, letíme zpět na druhou hodinu a povolujeme bar, abychom po dopadu mohli pokračovat ve směru jízdy. Při dopadu máme přední nohu výš a pokrčujeme kolena pro zmírnění dopadu. Dopadáme s prknem po větru a poté opět zahraňujeme do směru jízdy. Doba letu neboli hangtime vždy závisí na síle větru, můžeme ji ale ovlivnit rychlostí jízdy a razancí ovládní kitu.

Jízda na switch neboli toeside je, když jste tělem otočeni o 180° oproti klasické jízdě, vaše špičky směřují proti větru a tlačí do prkna. Tato jízda otevírá dveře mnoha trikům. Klasické postavení při jízdě se nazývá heelside. Postavení při samotné jízdě na switch je stát vzpřímeně. Hlava, hrudník a boky směřují ve směru jízdy, pokrčíme kolena a tlačíme do špiček, nadzvednutím paty zadní nohy můžeme zvětšit tlak na špičky a naklonění prkna na hranu. Je nutné, aby nám v kitu zůstal tah, abychom se neponořili.

Ze začátku se jízda nacvičuje při obratu v menší rychlosti a větru. Zahájení obratu začneme tím, že letíme s kitem pomalu výš až na dvanáctou hodinu a v tu stejnou chvíli přeneseme váhu těla nad prkno a zahraníme po směru větru. Začneme dávat kite na druhou stranu, než jsme jeli, a naše tělo se pomalu přesune do pozice toeside. Umistíme kite na druhou (či desátou) hodinu a překloupíme kiteboard na přední hranu. Udržujeme tah v draku. Velkou pomůckou, která nám přesune váhu nad špičky a usnadní jízdu v tomto postavení, je řídit kite pouze jednou rukou. Další možnosti, jak se dostat do switche, jsou slide a pop. Slide provádíme ve střední rychlosti, kite máme na jedenácté (či první) hodině, přeneseme těžiště těla nad prkno a začneme slidovat tím, že přitahujeme bar k hýždím a hýždě tlačíme dopředu. Udržujeme kite v tahu a přenášíme těžiště na špičky a zadní nohu. Pop se nám bude lépe provádět na malé vlnce. Kite držíme spíš vysoko ve střední rychlosti a váhu máme nad prknem, vykrojíme prkno lehce proti větru a na malé vlnce se odrazíme tím, že pokrčíme kolena a zadní nohou zašlápneme prkno a zvedáme přední nohu. To nás vynese do vzduchu, tam dáme zadní nohu dopředu a přetočíme boky, tím otočíme prkno. Při dopadu máme váhu lehce na zadní noze a špičkách a opět tlačíme hýždě dopředu a musíme cítit neustálý tah v baru (Hosp, 2013).

Kiteloop je pouze otočení kitu o 360° ve vzduchu. Lze provádět vždy pouze po větru. Existují dva typy, klasický kite loop a pak down loop. Rozdíl v nich je, že při kite loopu pokračujeme ve stejném směru jízdy a dráha draka je zespoda nahoru horním obloukem, ale při down loopu se náš směr jízdy mění na druhou stranu a dráha draka jde seshora dolů dolním obloukem.

Ze začátku se loopy učí v mělké vodě bez prkna, kdy se necháme tahat vodou po směru větru a zjišťujeme, kdy a kde má drak jaký tah. Začínáme s drakem na dvanácté hodině a silně zatáhneme za jednu stranu baru, držíme, dokud kite opět nevyletí zpět nahoru na dvanáctou hodinu. Poté se učí za slabého větru při obrátkách, to je down loop. Buď najedeme do obrátky v heelside a vyjedeme na toeside, nebo musíme změnit postavení před zahájením obrátky do switche. Pak dáme draka nahoru cca na jedenáctou (či první) hodinu. Pak zatáhneme za přední šňůru a pošleme draka do down loopu. Při tom jedeme po větru, váha těla je nad prknem a prkno převracíme na hranu a vyostřujeme proti větru, abychom neztratili tah v kitu, a pokračujeme v jízdě. Když umíme tyto loopy, přejdeme do učení kiteloopu při jízdě, když se loopem pouze necháme snést po větru a pokračujeme v jízdě.

5.1 Hooked freestyle

Zařazení těchto triků je velmi náročné. Na IKO stránkách tyto triky dokonce zařazují už do freeride kiteboardingu a jsou označovány jako old school freestyle, podle Hopsa v jeho knize, která je přezdívána „biblí kiteboardingu“, jsou tyto triky v sekci airstyle a některé dokonce i v new school freestyle. A to díky tomu, že při učení nějakého unhooked triku je samozřejmě nezbytné ho nejdříve umět hooked. Většina triků, co jsou níže zmíněny, se dále kombinují s graby, dělají se v otočkách (= transition), bez rukou, dopadají na toeside nebo začínají na toeside a takovýchto modifikací je nespočet. Kombinace a spojování triků je více než běžné už při začátcích s freestylem. Obecně platí, že při učení jakýchkoliv triků by mělo foukat spíše méně nebo tak akorát, ale určitě ne více. Pro učení je to lepší v tom, že kite v silném větru reaguje opravdu rychle a má velký tah, což nepotřebujeme, při učení nám stačí větru méně. Ideálními podmínkami jsou vodní plochy s malými chopy a nebo úplný flat.

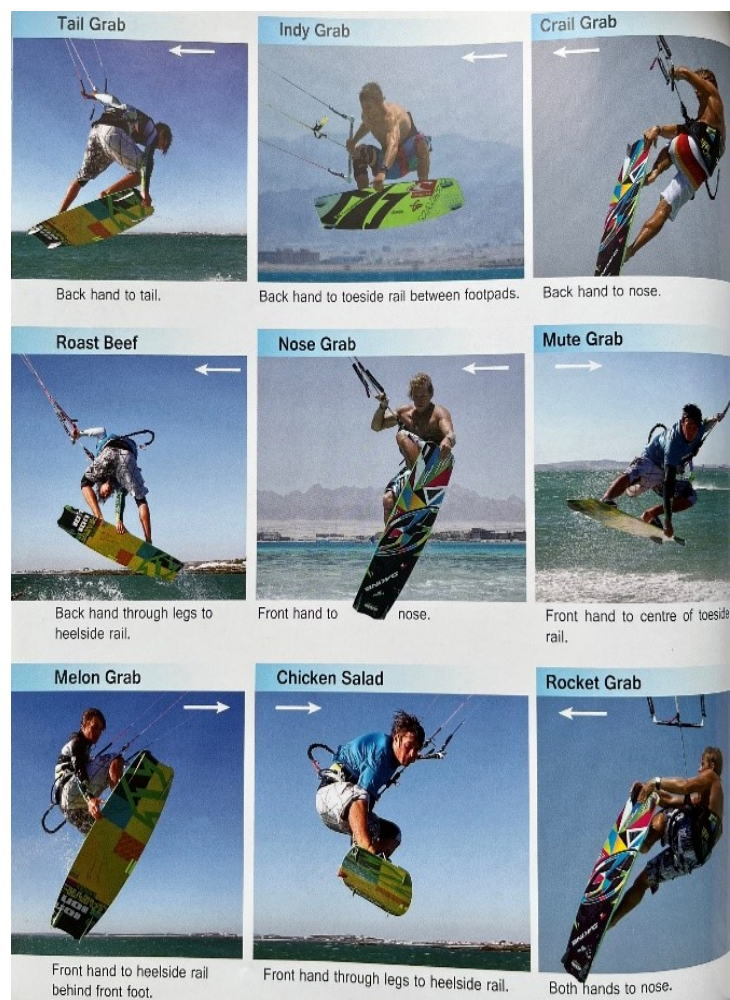
Existuje několik druhů grabů, já zmíním pouze ty nejpoužívanější, kterými jsou:

Tail Grab – zadní ruka na zádi prkna

Indy Grab – zadní ruka uprostřed na přední hraně prkna

Nose Grab – přední ruka na přídi prkna

Melon Grab – přední ruka na zadní hraně prkna za přední nohou



Obrázek 25: Graby (Hosp, 2013)

5.1.1 Backroll

Toto je rotační trik, který se jako první učí asi úplně každý. Označuje se jako nejjednodušší skákavý trik. Je to rotace o 360° ve směru jízdy. Všechny rotace se zahajují hlavou, kam jde hlava, tam jde tělo.

Trik začínáme ve střední rychlosti, ruce máme u středu baru. Kite dáme na jedenáctou (či první) hodinu. Jedeme lehce po větru, prudce zahraníme proti větru a uděláme pop. V tu chvíli přitáhneme bar a vynese nás to. Přední nohu dáme do směru rotace a hlavou se otočíme přes přední rameno, to nás otočí. Bar zatáhneme lehce přední rukou, abychom pokračovali ve směru jízdy. Díváme se dopředu na místo, kam budeme dopadat. Povolujeme bar a napínáme nohy pro ukončení rotace. Při dopadu lehce pokrčíme kolena pro zmírnění dopadu a kite dáme zpátky na desátou (či druhou) hodinu pro pokračování ve směru jízdy (Hosp, 2013).

Další modifikace triku je Backroll transition, kdy po dopadu nepokračujeme ve směru jízdy, ze kterého jsme se odráželi, ale na druhou stranu. Half backroll transition je otočení pouze o 180° a vyjetí obratu na toeside. Backroll to toeside, kdy neuděláme otočku o 360° , ale o 540° a dopadneme na toeside. Backroll grab, kdy si při skoku chytíme zád' prkna zadní rukou. Double backroll, jak už název napovídá, jsou dva backrolly ve vzduchu za sebou (Duotone academy, 2022).



Obrázek 26: Backroll sekvence (Kite surfing trick, 2022)

5.1.2 Frontroll

Další z rotačních triků. Základní provedení triku je opět rotace o 360°, ale tentokrát je pohyb do protisměru jízdy.

Kite máme kolem jedenácté (či první) hodiny po celou dobu triku. Ruce máme na středu baru. Nabereme rychlost mírným odpadnutím po větru a prudce zahraníme proti větru přitáhneme bar a uděláme pop. V ten stejný okamžik k sobě aktivně přitáhneme loket přední ruky a koleno, hlavou se díváme dozadu za sebe pod zadní rukou. Přední rameno nám jde jakoby po větru dolů. To nás otočí. Povolujeme bar a kite posíláme na desátou (či druhou) hodinu ve směru jízdy pro udržení rychlosti a natahujeme nohy pro ukončení rotace. Při dopadu pokrčíme kolena pro zmírnění dopadu a pokračujeme ve směru jízdy.

Při prvních pokusech tohoto triku je lepší mít kite výš, tím pádem máme více času ve vzduchu. Musíme myslet na to, že po celou dobu skoku nesmíme zatáhnout za zadní ruku a vylétnout s drakem na dvanáctou hodinu, jinak ztratíme veškerý hangtime a spadneme, celou dobu máme draka mírně v předu, to znamená lehce víc přitáhnutou přední ruku.

Další modifikace triku jsou: frontroll transition, frontroll grab, frontroll inverted, kdy vyskočíme výš a provádíme frontroll jakoby vzhůru nohama, frontroll grab, frontroll to toeside transition, no-handed frontroll je frontroll bez rukou.



Obrázek 27: Frontroll sekvence (Kite surfing trick, 2022)

5.1.3 Pop to blind

Jízda v postavení blind je velmi efektivní, ale také náročná, a to díky svému nepřírozenému postavení. Stojíme zády ve směru jízdy v toeside postavení. Triky ukončené dopadem do tohoto postavení jsou na pohled velmi atraktivní.

Začínáme v malé rychlosti s kitem mezi desátou a jedenáctou (či první a druhou) hodinou. Chytíme si bar pouze zadní rukou ve středu nebo před depower šňůrou ve směru jízdy, tak budeme držet kite na správném místě. Volnou ruku využijeme k balancování a přenesení váhy na špičky. Lehce zahraníme a uděláme pop, v ten stejný okamžik lehce přitáhneme bar k udržení tahu. Rotaci zahájíme pohybem zadního ramene, boků a nohou, tím přetočíme celé tělo. Musíme udržet váhu na špičkách a nynější zadní noze, k tomu nám pomůže pokrčení kolen. Náš pohled směřuje nakonec prkna, v žádném případě ne směrem naší jízdy, to by nás přetočilo a spadli bychom.

Je dobré si poprvé tento postoj vyzkoušet na suchu v trapézu s barem, ale bez kitu. Dostat se do přesné pozice jako na vodě a uvědomit si veškeré aspekty. Dále je dobré si za velmi slabého větru tento postoj vyzkoušet na souši i s kitem. Při prvních pokusech na vodě je dobré směřovat novou přední nohu více po větru, lehce povolit trapéz, aby se trochu pootočil a usnadnil nám jízdu, a tlačit tělo na opačnou stranu, než nás kite táhne.

Do blindu můžeme dopadnout spoustu triků, většinou to jsou ale triky typu unhooked. Ovšem i hooked triky mezi nimi najdeme a mezi první, který většina zkusí, je frontroll to blind.



Obrázek 28: Pop to blind sekvence (KSurf, 2022)

5.1.4 Darkslide

Velmi efektivní klouzavý trik. Máme při něm pocit, že se létáme těsně nad vodou. Když ho umíme opravdu dobře, můžeme v něm ujet velkou vzdálenost. Délka slidu ukazuje, jaký máte cit pro vítr v kytu. Pro učení je tento trik skvělý, protože nehrozí žádné velké pády pod hladinu jako u jiných triků.

Abychom se mohli vznášet nad vodou bez pádu, musíme mít velkou rychlost. Začneme tím, že pomalu posíláme kite na dvanáctou hodinu a tam ho držíme po celou dobu slidování. Při tomto triku neděláme žádný pop ani hranění proti větru pro odraz, naopak se necháme snést po větru. Když cítíme, že náš kite má potřebný tah, překllopíme desku prkna na horní stranu, na které jsou pady, a celé tělo položíme dopředu nad vodu po směru větru a necháme se táhnout kitem, přední nohu máme pokrčenou a zadní nataženou a konec prkna táhneme za sebou po vodě. V ten stejný okamžik přitáhneme bar a necháme se snášet po větru. Když začínáme cítit, že ztrácíme rychlost a tah, dokončíme trik kiteloopem, který nás vynese nahoru, vrátíme prkno zpět pod nás a tělo do vzpřímené pozice tím, že tlačíme boky dopředu a pokrčená kolena nahoru. A pokračujeme v jízdě stejným směrem. Tento trik jde zakončit i bez kiteloopu, ale slidování bude výrazně kratší.

Většina problémů bývá při dokončování triku, kdy se musíme vrátit zpět na nohy a uděláme kiteloop bez větší razance a nevytáhne nás nahoru pro možnost vrácení těla zpět do výchozí pozice. Klíčem ke zvládnutí tohoto triku je pomalu manipulovat s drakem až do konce slidování pro udržení tahu, opravdu se položit co nejvíce na vodu a zakončit rychlým a razantním kiteloopem.

Dalšími kombinacemi tohoto triku jsou darkslide transition, darkslide onefoot.



Obrázek 29: Darkslide sekvence (KSurf, 2022)

5.1.5 Hand drag

Hand drag, někdy nazývaný i hand wash, je další ze slidovací trik, ke kterému potřebujeme hodně větru. Je velmi jednoduchý na naučení a zároveň efektivní. Větší kite, který má dobrý hangtime, nám učení velmi urychlí.

Nejdůležitější je správný pohyb kitu. Obě ruce máme na středu baru. Drak překročí 2x dvanáctou hodinu, a to díky tomu, že s drakem zaletíme za dvanáctou hodinu a poté zpět ke dvanácté hodině ve směru jízdy. Když kite proletí přes jedenáctou (či první) hodinu, uděláme velmi malý pop a přitáhneme kolena, ale chceme zůstat blízko vodní hladiny, takže nezatáhneme za bar, ale naopak mu lehce povolíme, abychom cítili lehký tah. Přední rukou ovládáme kite a zadní dáme na hladinu vody, přitom přední nohu natáhneme nahoru a dopředu. Když kite překročí dvanáctou hodinu, vrátíme ho zpět dopředu ve směru jízdy a přitáhneme bar pro delší handtime, nakonec vrátíme tělo do vzpřímené pozice a prkno pod nás a pokračujeme ve směru naší jízdy lehce po větru.

Když se tento trik naučíme, rovnou zkusíme jeho modifikace, kterými jsou například backroll hand drag, frontroll hand drag, hand drag transition,



Obrázek 30: Hand drag sekvence (KSurf, 2022)

5.1.6 Jesus walk

Velmi efektivní trik a jeho náročnost je extrémně vysoká. Jesus walk je běh po vodě. Potřebujete pro něj obrovskou míru koordinace a flexibility. Jmenuje se tak díky příběhu, kdy Ježíš chodil po vodní hladině a přesně tak se při tomto triku cítíte a i vypadáte. Flat water je nejlepší pro učení i pro samotný trik.

Musíme mít velkou rychlost, ruce uprostřed baru a kite na jedenácté (či první) hodině. Pomalu letíme s kitem nahoru, když cítíme, že nás kite začíná vynášet, razantně prkno vykrojíme proti větru. V tu stejnou chvíli přitáhneme bar, pustíme ho přední rukou, tělem se předkloníme k prknu pokrčíme kolena chytíme prkno za handle (nebo za heelside stranu prkna) volnou rukou. Bar dále přitahujeme a s kitem pomalu zalétáváme lehce za dvanáctou hodinu, běžíme po vodě a prkno držíme před tělem v napnuté ruce. Nejtěžší část je opět hezké zakončení triku, a to díky sundanému prknu. Nejlehčí cestou je kiteloop, který nám dá více času ve vzduchu pro nasazení prkna zpět. Tudíž agresivně pošleme kite do kiteloopu a přitom si nasadíme prkno zpět a dopadáme lehce po větru ve směru jízdy. Když už nemáme dostatečnou rychlost nebo už je pozdě na kiteloop, můžeme trik zakončit položením prkna pod nás na vodu a přistát nohama mimo pady, opět nabrat rychlost a při stabilní jízdě vlézt zpět do poutek (Kite surfing trick, 2012).

Tento trik má další varianty s různými názvy, ale princip je stejný. Například barefoot water ski nebo feet slide; všechny triky se provádí stejně, pouze při jesus walku se po vodě běží, při water ski stojí vzpřímeně a sliduje po obou nohách a při feet slide po špičkách nohou.



Obrázek 31: Jesus walk sekvence (Kite surfing trick, 2012)

5.1.7 Frantrum

Tento trik by se dal popsat jako salto vzad na vodě. Je to spojení back flipu s frontrollem. Velice efektivní trik, není ani moc náročný na naučení, ale je potřeba mít hodně odhodlání a strach hodit stranou.

Kite máme na jedenácté (či první) hodině, obě ruce uprostřed baru a nabereme rychlost. Zahraníme proti větru a uděláme pop, s kitem letíme lehce výš. Jako při frontrollu pokrčíme kolena, přitáhneme přední loket k přednímu kolenu pro přední rotaci. Ihned po popu zakloníme hlavu a pustíme bar zadní rukou a totéž rameno vytáčíme dozadu, jako bychom skákali salto vzad, při tom kite stále držíme mezi jedenáctou (či první) a dvanáctou hodinou a regulujeme sílu tahu barem. Když jsme vzhůru nohama přitahujeme nohy k pasu, přední koleno tlačíme vpřed a hlavu máme stále zakloněnou, snažíme se dostat zpět do vzpřímené pozice. Po dokončení rotace dopadáme na pokrčená kolena, pro zmírnění dopadu a opět nabíráme rychlost pro pokračování ve směru jízdy (DUOTONE Kiteboarding, 2022).

Tento trik se skáče také jako unhooked a má název tantrum, dále se pak kombinuje například tak, že se dopadá do blindu atd.



Obrázek 32: Frantrum sekvence (DUOTONE Kiteboarding, 2022)

5.2 Air style

Airstyle, dnes také nazývaný jako old school freestyle, lze popsat jako umění létat v obrovských výškách, kdy zažíváme až skoro beztížný stav. Považujeme ho za prvopočátky freestyly. Dalo by se říct, že je klidnou protiváhou wakestylu. Obsahuje kombinace většiny výše zmíněných triků a mnohé navíc. Klíčem těchto triků je dokonalé zvládnutí udržení hang timu. Pod pojmem airstyle se většině kiterům vybaví obrovské skoky se sundáváním a rotacemi prkna.

Rotace rozlišujeme dvě: Board Flip a Board Varial (nebo board spin). Rozdíl mezi nimi je v ose rotace. Board Flip je rotace prkna okolo podélné osy a Board Varial je rotace okolo svislé středové osy. Prkno můžeme otočit o 360, 720 a 1080°. Chytáme ho za handle, fínku nebo hranu.

Velmi často využívaný je stopper ball. To je posuvná zarážka na depower šňůře pro udržení tahu v baru. Používá se u triků, kde musíme sundat obě ruce z baru. Funguje tak, že ho posuneme rukou do místa, kde chceme, aby se nám bar zastavil. Různé bary mají různé varianty zpětného uvolnění. Tato technika je velmi nebezpečná, tudíž je vždy nutné si mechanismus před jízdou vyzkoušet.

V této disciplíně, někdy přezdívané i jako Big Air, je světový rekord ve výšce skoku 34.8 metrů, který skočil teprve dvacetiletý Maarten Haeger z Nizozemska (Laurinaityte, 2020).

Pro opravdu vysoký skok je důležité mít velký tah v draku, letět s kitem za nás do protisměru jízdy až na jedenáctou (či první) hodinu, což je to, co při správném provedení udělá náš skok vysoký. Ještě musíme prudce zahrnit a odrazit se. Skoky, při kterých jsme hlavou dolů, se nazývají invertované. Je dobré se při učení těchto triků ujistit, že je pod námi dostatečně hluboká voda, abychom předešli případnému zranění při pádech z velké výšky.



Obrázek 33: Board flip VS. Board varial (Hosp,2013)

5.2.1 Stiffy jump

Stiffy jump je jedním z prvních triků, který se většina učí, když začíná s airstylem. Je to skok, při kterém se dostaneme do pozice vzhůru nohama a zpět. Je docela snadné se ho naučit, protože neprovádíme žádné rotace či graby, a tak máme po celou dobu obě ruce na baru a máme kontrolu nad drakem.

Kite máme mezi desátou a jedenáctou (či první a druhou) hodinou, když cítíme, že máme dobrou rychlost i tah v kitu, letíme s drakem výš mezi jedenáctou (či první) a dvanáctou hodinu, prudce zahraníme proti větru, odrazíme se a přitáhneme bar. S kitem zaletíme za nás na jedenáctou (či první) hodinu a zpět na dvanáctou hodinu, kde ho držíme po celou dobu skoku. Když se blížíme k nejvyššímu bodu, přitáhneme nohy k pasu, zakloníme tělo a dostaneme se do polohy, kdy máme napnuté nohy i ruce a jsme hlavou dolů. Zezačátku hlavu nezakláníme, naopak bradu tlačíme k hrudníku. Když cítíme, že letíme zpět dolů, nohy dáme zpět dolů, přední lehce dopředu a výš pro hladké přistání a kitem letíme zpět mezi desátou a jedenáctou (či první a druhou) hodinu a pokračujeme ve směru naší předchozí jízdy.

Pokud se do polohy hlavou dolů nemůžeme pořádně dostat, tak hned po odrazu se zkusíme lehce napřáhnou nohama dozadu. A když cítíme, že už máme v triku jistotu, hlavu zakloníme a podíváme pod sebe dolů.

Mezi další možnosti patří například stiffy 360, kdy po invertované poloze uděláme frontroll.



Obrázek 34: Stiffy sekvence (KSurf, 2022)

5.2.2 Tabletop

Tabletop je skok s poloviční rotací, kdy se ohlédneme za sebe. Tento trik najdeme v každém kiteboardingovém magazínu. Je to snadný a přitom velmi stylový trik.

Začínáme ve vyšší rychlosti, obě ruce máme uprostřed baru. S kitem letíme na dvanáctou hodinu, zahraníme proti větru a odrazíme se, při tom přitáhneme bar. S kitem zaletíme za nás na jedenáctou (či první) hodinu a při dosažení nejvyššího bodu zpět na hodinu dvanáctou. V letu tlačíme boky co nejvíce k baru, hlavu otočíme přes rameno a díváme se směrem na místo odrazu. Otočíme tělo o 180° do vodorovné polohy, když pustíme bar zadní rukou, podaří se nám lépe otočit. Paty nám směřují do nebe a celé tělo máme přetočené k hladině vody. Po dosažení nejvyššího bodu otočíme hlavu zpět do směru jízdy a celé tělo ji následuje. Při přistávání povolujeme bar a kite řídíme směrem dolů a dopředu pro hladké přistání lehce po větru.

Tento trik nemá mnoho dalších variant. Můžeme při něm dělat různé graby pro zpestření.



Obrázek 35: One handen tabletop sekvence (KSurf, 2022)

5.2.3 Deadman

Deadman je trik s použitím stopper ballu, při kterém jsme v poloze hlavou dolů a nedržíme bar. Podobný jako stiffy jump, ale bez rukou na baru. Potřebujeme pro něj hodně zkušeností a i odvahy. Před začátkem učení si vyzkoušíme mechanismus stopper ballu na baru pro naši bezpečnost.

Začneme tím, že si úplně povolíme trimer. Získáme rychlost, vykrojíme prkno proti větru, letíme s kitem na dvanáctou hodinu, odrazíme se a přitáhneme bar. Ihned po odrazu přitáhneme stopper ball shora do dvou třetin depowerové šňůry. Nohy se snažíme dát nahoru, přitáhneme je k tělu a zakloníme hlavu. Dáme ruce pryč z baru a napneme je směrem k hladině. Když jsme v pozici hlavou dolů, máme napnuté nohy a prkno se lehce dotýká šňůr, to nám pomáhá ve stabilizaci polohy. Tělo držíme rovné a zpevněné. Po dosažení nejvyššího bodu pokrčíme nohy, a to nás obrátí zpět. V ten stejný okamžik vrátíme obě ruce na bar a vrátíme stopper ball nahoru. Povolujeme bar a přistáváme lehce po větru.

Dalším takovýmto trikem je Relaxman, ten se liší pouze v poloze rukou, když jsem hlavou dolů. Ruce nemáme napnuté k vodě, ale máme je pokrčené pod hlavou.



Obrázek 36: Dead man (Kitesurf vacatio.n Mexico, 2013)

5.2.4 One footer

Jednoduchý stylový trik, kdy při skoku vyndáme jednu nohu z poutka, napneme jí směrem k hladině vody a vrátíme zpět. Tento trik je cestou ke zvládnutí board offu – úplného sundání prkna z nohou. Vyndání nohy z prkna nám velmi naruší koordinaci. Prvním krokem je zvládnutí klasických grabů u jednoduchých skoků.

Jako u klasického vysokého skoku musíme mít vyšší rychlost, ruce uprostřed baru, vykrojíme prkno a prudce pošleme kite na dvanáctou hodinu a přitáhneme bar. Poté zaletíme proti směru jízdy až na jedenáctou (či první) hodinu. Po odrazu přitáhneme kolena a chytíme prkno za zadní hranu zadní rukou. Vyndáme nohu z poutka a napneme jí dolů, když cítíme, že už letíme zpět, vrátíme včas nohu do poutka, abychom se připravili na bezpečné přistání. Když dáme nohu zpět do poutka, vrátíme ruku na bar a s kitem letíme dopředu a dolů a pokračujeme v jízdě.

Nikdy nesmíme přistávat pouze s jednou nohou v poutku! Když nestíháme nohu vrátit do poutka, sundáme prkno a odhodíme ho za sebe do vody, abychom na něj nespádli. Tyto pády jsou velmi nebezpečné a bolestivé. Pro snadnější nandávání prkna zpět si povolíme poutka a velmi nám to usnadní učení.

Těžší modifikace tohoto triku je one foot front foot, kdy vyndáváme z prkna přední nohu. Tento trik má mnoho variací a kombinací s rotacemi, otočkami i invertovanými triky. Například One footer double pump, kdy dáme nohu za prkno, před prko a zpět do poutka, one footer no grab je trik, když pouze vyndáme a zandáme nohu do poutka bez chycení prkna rukou, one footer backroll, one footer frontroll a mnohé další.



Obrázek 37: One foot sekvence (KSurf, 2022)

5.2.5 Board off

Trik, při kterém si sundáme prkno úplně a pak zase nasadíme. Opět je pro učení lepší si hodně povolit poutka, aby se nám do nich lépe vracely nohy. Modifikací a kombinací tohoto triku je nespočetné množství. Pro učení tohoto triku je lepší, když fouká silný vítr.

Ruce máme uprostřed baru, nabereme rychlost, prudce vykrojíme prkno, pošleme kite na dvanáctou hodinu a přitáhneme bar. Při odrazu letíme s kitem za nás na jedenáctou (či první) hodinu a přitáhneme kolena co nejbližší k tělu. Chytíme prkno za handle a vyndáme z něj obě nohy ještě před tím, než dosáhneme největší výšky. Napneme obě nohy a pomalu letíme s kitem zpět na dvanáctou hodinu. Když cítíme, že se vracíme zpět k vodní hladině, pokrčíme kolena a vrátíme nohy do poutek. Obě ruce dáme na bar, s kitem letíme dolů a dopředu a dopadáme lehce po větru.

Při trénování triku je snazší, když prkno držíme před tělem v jedné pozici a nehýbeme s ním. To znamená, že nesundáváme prkno z nohou, ale vyndáváme nohy z prkna. To nám usnadní učení triku. Když nestíháme vrátit nohy zpět do poutek, prkno odhodíme za sebe, abychom na něj nepadli.

S prknem můžeme dělat různé kombinace board flipu a board varialů. Například board kick, to je trik, kdy prkno sundáme bez pomoci rukou tím, že ho vykopneme nohama do vzduchu tak, že udělá board flip a až se dotočí, chytíme ho zadní rukou za handle a vrátíme nohy zpět do poutek.



Obrázek 38: Board off sekvence (KSurf, 2022)

Mezi oblíbené a hodně často skákané board off triky, které jsou už pro pokročilejší kitory, patří: Heart attack, Around the world, Rock and roll a rodeo. Ke všem těmto trikům potřebujeme hodně tahu v kitu a silný vítr.

Heart attack

Je spojení dvou triků, konkrétně eadmanu a board offu. Musíme použít stopper ball k udržení tahu v baru, protože naše ruce nedrží bar. Je to trik, při kterém jsme hlavou dolů a prkno držíme oběma rukama ve vzpažení směrem k vodě.

Around the world

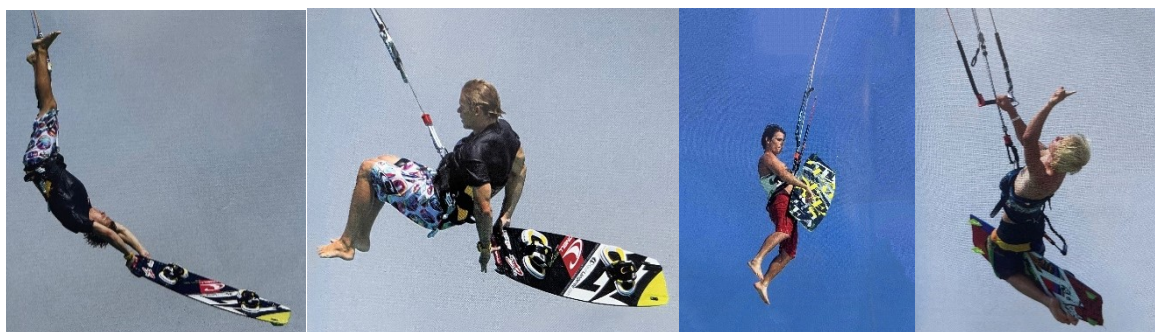
Opět trik s použitím stopper ballu, protože potřebujeme použít obě ruce. Vyskočíme, zatáhneme stopper ball a sundáme prkno a podáme si okolo těla. Pro jistotu držíme prkno za hranu a finku, aby nám při předávání za zády nevyklouzlo z rukou.

Rock and roll

Stylový trik, při kterém „hrajeme na kytaru“. Místo kytary máme samozřejmě prkno. Vyskočíme, zatáhneme stopper ball, sundáme prkno, které dáme před tělo a děláme, že hrajeme na kytaru.

Rodeo

Opravdu velice oblíbený trik mezi kitory. Jmenuje se tak díky tomu, že připomíná jízdu na býkovi. Vyskočíme, sundáme si prkno zadní rukou a dáme si ho mezi nohy a „posadíme“ se na něj a imitujeme jízdu na býkovi.



Obrázek 39: Heart attack (Hosp, 2013), Obrázek 40: Around the world (Hosp, 2013)

Obrázek 41: Rock and Roll (Hosp, 2013), Obrázek 42: Rodeo (Hosp, 2013)

5.2.6 Kiteloop

Jedním z nejextrémnějších triků v kiteboardingu je kiteloop, protože kite při skoku otočíme o 360°. Při přetáčení kitu dochází k obrovskému zvýšení jeho tahu a tím ve vzduchu dochází k velké akceleraci. Tento trik je z většiny o správném načasování. Když se ho začínáme učit, provádíme ho v mírnějším větru s menším kitem, protože je rychlejší.

Začneme v přiměřené rychlosti s kitem na jedenácté (či první) hodině. Ruce na baru máme od sebe až skoro na koncích. Zahraníme proti větru a letíme s kitem lehce za dvanáctou hodinu. Když kite přeletí dvanáctou hodinu, uděláme pop a přitáhneme bar. Musíme se pořádně zpevnit a před dosažením nejvyššího bodu skoku zahájíme kiteloop tím, že prudce přitáhneme bar zadní rukou. Pokračujeme v přitahování zadní ruky až do chvíle, kdy drak projde nejnižším bodem a začne směřovat nahoru, v tu chvíli povolujeme bar. To pomůže kitu znovu získat tah a zpomalí nás to na cestě dolů. Až kite doletí znovu na dvanáctou hodinu, letíme s ním dopředu a dolů pro udržení směru jízdy, v tu chvíli znovu lehce přitáhneme bar. Dopadáme prknem po větru a poté pokračujeme ve směru jízdy (Hosp, 2013).

Ze začátku je mezi kitem a jezdcem velký výškový rozdíl, který se postupně získáváním jistoty zmenšuje. Zkušení jezdci, kteří mají tento trik osvojený, se dokáží při kiteloopu tělem dostat až nad úroveň kitu, to se nazývá megaloop.



Obrázek 43: Kiteloop sekvence (DUOTONE Kiteboarding, 2022)

6. Diskuze

Toto je první česky psaná práce na téma freestyle kiteboarding. Největší počet publikací se věnuje pouze metodice základního kiteboardingu, jehož cílem je klienta naučit základům bezpečnosti, ovládání draka a vrcholem je otočka a jízda tam a zpět. Několik dalších prací je zaměřeno na vývoj kiteboardingu v posledních letech a jeho populaci.

Pořadí triků bylo voleno, dle náročnosti a také podobnosti triků, aby na sebe navazovali. Nikde není určeno, v jakém pořadí by se měli triky učit. Je doporučováno začínat trikem backroll a jeho kombinacemi. Drtivá většina kiterů, kteří se začínají učit triky tímto trikem začínají, poté už je pořadí triků individuální.

S problémy, se kterými jsme se v průběhu psaní práce setkali, nebylo mnoho. Všeobecně je k tématu kiteboardingu omezené množství kvalitních zdrojů, ať už tištěných či elektronických, a to bylo největším problémem. Překvapilo nás, že neexistuje jednotné rozřazení triků na TwinTipu, tedy kromě kategorie wakestyle. Na oficiálním webu mezinárodní kiteboardingové organizace IKO byly některé z výše uvedených triků zařazeny dokonce do disciplíny freeride, což z našeho pohledu absolutně neodpovídá skutečnému zařazení. Do disciplíny freestyle už řadili pouze wakestyle triky. Naopak v knize *tricktionary* od Juliana Hospe (2013) jsou některé triky zařazeny i ve wakestylu. Ucelení triků do konkrétních kategorií kiteboarding ještě oficiálně nemá. Myslíme si, že to může být způsobené tím, že je to velmi mladý sport. Časem by se měl nějakého rozřazení určitě dočkat. Řídili jsme se tedy podle Duotone Academy, kde jsou triky rozřazeny do šesti kategorií: začátečníci, hooked triky, unhooked triky, triky na směrovém prkně bez poutek, triky na foilu a triky ve vlnách. K tomuto rozdělení do kategorií se přikláníme i my, navíc bychom zařadili kategorii air style, která je momentálně pod hooked triky.

7. Závěr

Cílem bakalářské práce bylo vypracování přehledného metodického materiálu pro výuku triků kiteboardingu. Cíl práce jsme splnili, popsali jsme metodiku základního provedení triků a vypsali další možné modifikace a kombinace.

Se shromážděním informací pro tuto část jsme neměli problém, ale bohužel žádné neexistují v českém jazyce. I přes rostoucí popularitu tohoto sportu není mnoho relevantních zdrojů, a tak je většinová část zdrojů ze zahraničí. Z české literatury existuje doposud pouze jedna kniha na toto téma z roku 2009, což je velmi nedostatečné vzhledem k rychlému rozvoji tohoto sportu, a tak je publikace už poněkud zastaralá. Jakákoli práce na téma kiteboarding, v českém jazyce je obrovským přínosem pro rozvoj českého kiteboardingu.

Jsme velice rádi, že jsme mohli práci vypracovat právě na toto téma, které nám je velmi blízké a jeho zpracovávání nás bavilo. Současně jsme získali mnoho nových informací o kiteboardingu. Na tuto práci by se dalo navázat tématem new schoole freestyle a vytvořit metodickou řadu unhooked triků. Námětem na další práci by mohl být výzkum ohledně chápání freestyle a freeride disciplín mezi kiteboardingovou populací, který nás při psaní této práce zarazil. Vzhledem k mládí tohoto sportu nejsou témata o powerkitingu ještě zdaleka vyčerpaná.

Tato práce byla vytvořena pro širokou kiteboardingovou populaci, která se chce učit něco více než jenom základní kiteboarding a může sloužit jako výukový materiál pro začínající instruktory nebo kitory samouky.

8. Seznam literatury

- BALÍKOVÁ, M. Obsahová analýza. In: KTD: Česká terminologická databáze knihovnictví a informační vědy (TDKIV) [online]. Praha : Národní knihovna ČR, 2003- [cit. 2022-05-15]. Dostupné z: https://aleph.nkp.cz/F/?func=direct&doc_number=000001586&local_base=KTD
- BOYCE, J. The ultimate book of powerkiting and kiteboarding. China: The Lyons Press, 2004. ISBN 1-59228-567-8
- BURIÁNEK, J. Deskripce. Sociologická encyklopedie [online]. 11. 12. 2017 [cit. 2022-05-19]. Dostupné z: <https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Deskripce>
- Disciplíny. Český kiting [online]. Liberec, 2022 [cit. 2022-05-03]. Dostupné z: <https://ceskykiting.cz/zavody/discipliny>
- DÍTĚ, L., ZEKL, O., HRUŠA, J., ŠTĚPÁN, J. Metodický dopis: windsurfing. Praha: Český ústřední výbor ČSTV, 1984.
- DUOTONE Kiteboarding, 2022, HOOKED- Frantrum – Duotone Academy, YouTube video. [2022-05-10]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=8t1mNNscYMw>
- DVOŘÁK, P. *Ilustrovaný atlas počasí*. Cheb: Svět křídel, 2003. ISBN 80-868-0802-5.
- HOSP, J., BURBLIES, T. *Kiteboarding Tricktionary: twintip supreme edition*. Mieders: Tricktionary Publishing Michael Rossmeier, 2013, 424 s. ISBN 978-3-9502776-1-6.
- HRABOVSKÝ, V. *Výuka kiteboardingu ve specifických podmínkách*. Brno, 2017. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Katedra atletiky, plavání a sportů v přírodě.
- JERSÁKOVÁ, J. Literární rešerše. [online]. [cit. 2021-05-23]. Dostupné z: <https://docplayer.cz/16203897-Literarni-reserse-autor-jana-jersakova.html>
- Jesus Walk. *Kite surfing trick* [online]. 2012 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.kitesurfingtrick.com/jesus-walk/>
- KARAS, P., ZÁRYBNICKÁ, A., MÍKOVÁ, T. *Skoro jasno: Průvodce televizní předpovědi počasí*. Praha: Česká televize, 2007. ISBN 978-80-85005-78-3.
- Kite shapes. *Duotone* [online]. Molln: Boards & More, 2022 [cit. 2022-05-03]. Dostupné z: <https://duotonesports.freshdesk.com/de/support/solutions/articles/44001428587-kite-shapes>

Kites.cz: Historie - kiteboardingu [online]. Praha: Kites.cz, 2022 [cit. 2022-04-07]. Dostupné z: <https://www.kites.cz/kite/219-historie-kiteboardingu>

Know and have proper kite etiquette. *IKO* [online]. Cabarete, 2022, 09..03.2019 [cit. 2022-05-13]. Dostupné z: <https://www.ikointl.com/blog/know-and-have-proper-kite-etiquette>

KRUTIL, J. Céčko, Bowčko, nebo Delta a jaký je v dracích rozdíl. *Kiteboarding.cz* [online]. Ostrava, 2015 [cit. 2022-05-04]. Dostupné z: <https://www.kiteboarding.cz/Magazin/Kite-clanky/Kiteboarding/Cecko,-bowcko,-nebo-delta-a-jaky-je-v-dracich-rozd>

KŘIVAN, D. *Kiteboarding*. Třebíč: Akcent, 2009. Hobby (Akcent). ISBN 978-80-7268-621-6.

LAURINAITYTE, S. New highest jump record in kiteboarding. *Kitespot: Knowledge centre* [online]. 2022, 07.01.2020 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://knowledge.thekitespot.com/jump-record-in-kiteboarding/>

NAGLE, J. *Kiteboarding and Snowkiting*. New York: The Rosen publishing group, 2016. ISBN 978-1-4994-3561-0.

PŘIBYL, M. *Návrh metodických cvičení pro výuku kiteboardingu*. Praha, 2016. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.

SMRČKOVÁ, K. *Kiteboarding*. Praha, 2011. Bakalářská práce. Univerzita Karlova, Fakulta tělesné výchovy a sportu.

SPANJERSBERG, W. R., SCHIPPER, I. T.. *Kitesurfing: When Fun Turns to Trauma—The Dangers of a New Extreme Sport* [online]. 2007, 63(3), E76-E80 [cit. 2022-04-29]. ISSN 0022-5282. Dostupné z: doi:10.1097/TA.0b013e318046edfd

The Complete Beginner's Guide To Know Everything About Kitesurfing. *IKO* [online]. Cabarete, 2022, 03.08.2019 [cit. 2022-05-13]. Dostupné z: <https://www.ikointl.com/blog/complete-beginners-guide-know-everything-about-kitesurfing>

The History of Kite Boarding. *Complete kiteboarding* [online]. Maui, 2022 [cit. 2022-05-03]. Dostupné z: <http://www.completekiteboarding.com/history-of-kiteboarding.html>

What Are the Different Kitesurf Disciplines and Evolution Paths?. *IKO* [online]. Cabarete, 2022, 25.10.2019 [cit. 2022-05-13]. Dostupné z: <https://www.ikointl.com/blog/what-are-different-kitesurf-disciplines-and-evolution-paths>

Zdroje obrázků

Anthar Racca – Kiteboarding Trick: Dead Man. In: *Kitesurf vacation Mexico* [online]. 2020, 23.07.2013 [cit. 2022-05-14]. Dostupné z:

<https://kiteboardingspotsmexico.com/2013/07/23/anthar-racca-kiteboarding-trick-dead-man/>

BLAŽEJ, Martin. Beaufortova stupnice síly větru - Stupnice pro měření síly (rychlosti) větru. In: *Yachting, potápění jachting, potápění* [online]. Čechtice [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://www.yachting-potapeni.cz/PB-YACHT/Pocasi.html>

Board off varial with handle. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-05]. Dostupné z: <https://www.iksrfmag.com/technique/advanced/board-off-varial-with-handle/>

CONTROL BAR, 50 CM. In: *Nejlevnější draci* [online]. České Budějovice, 2020 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <http://www.nejlevnejsidraci.cz/prislusenstvi-nahradni-dily/57-control-bar-50-cm-4031169180803.html>

Dark Slide Grab. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.iksrfmag.com/technique/intermediate/dark-slide-grab/>

Do you really use the right kite shape for your riding style?. In: *Kitesurf culture* [online]. 2020 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://kitesurfculture.com/safety/32/Do-you-really-use-the-right-kite-shape-for-your-riding-style>

DUOTONE Kiteboarding, 2022, HOOKED- Frantrum – Duotone Academy, YouTube video. [2022-05-10]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=8t1mNNscYMw>

DUOTONE Kiteboarding, 2022, HOOKED- Kiteloop – Duotone Academy, YouTube video. [2022-05-10]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=OVFuh6M3FaE>

FOIL SET - SPIRIT FREERIDE 700/90 + PACE. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/43750-foil-set-spirit-freeride-700-90-pace/>

Hand wash. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.iksrfmag.com/technique/intermediate/hand-wash/>

Hooked backroll. In: *Kite surfing trick* [online]. 2022 [cit. 2022-05-05]. Dostupné z: <https://www.kitesurfingtrick.com/tag/backroll>

Hooked frontroll. In: *Kite surfing trick* [online]. 2022 [cit. 2022-05-05]. Dostupné z: <https://www.kitesurfingtrick.com/hooked-front-roll/>

HOSP, Julian a Thomas BURBLIES. *Kiteboarding Tricktionary: twintip supreme edition*. Mieders: Tricktionary Publishing Michael Rossmeier, 2013, 424 s. ISBN 978-3-9502776-1-6. 256 s.

Impact 2. In: *Core* [online]. Fehmarn [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://corekites.com/us/kite/kites/impact-2>

Jesus Walk. *Kite surfing trick* [online]. 12.02.2012 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.kitesurfingtrick.com/jesus-walk/>

Kite bazar. In: *Future kiting* [online]. [cit. 2022-05-10]. Dostupné z: <http://www.futurekiting.cz/kite-bazar-pro-snowkiting-a-kiteboarding-str-19-1-19-%0b1.html?od=10>

Kite Flysurfer Sonic. In: *Kiteboarding.cz* [online]. Ostrava, 2015 [cit. 2022-05-10]. Dostupné z: <https://www.kiteboarding.cz/Eshop/Kiteboarding/Kites/Uzavrene-komory/Kite-Flysurfer-Sonic3/Kite-Flysurfer-Sonic3-21m>

KITE LEASH FLYSURFER SHORT. In: *Kiteboarding.cz* [online]. Ostrava, 2015 [cit. 2022-05-12]. Dostupné z: https://www.kiteboarding.cz/Eshop/Kiteboarding-%E2%96%BC/Prislusenstvi-Dily-Oprava/Dily-pro-kity/kite-leash-Flysurfer-Short/kite-leash-Flysurfer-Short?gclid=CjwKCAjwve2TBhByEiwAaktM1H5dxEFQ4jqdJ-kHmz5X0xmgEGiNWT2rPmI4BJ6240CXDKD4AZeP-hoC8IEQA vD_BwE

KITEBOARD DUOTONE GONZALES 142. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/67767-kiteboard-duotone-gonzales-142/>

KITEBOARD DUOTONE WAM SLS 5,3. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/66663-kiteboard-duotone-wam-sls-5-3/>

Kitesurf Mini Book. *Kite generation* [online]. Cagliari, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: https://www.kitegeneration.com/Kitesurfing_Mini_Book.pdf

Know and have proper kite etiquette. In: *IKO* [online]. Cabarete, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://www.ikointl.com/blog/know-and-have-proper-kite-etiquette>

LYCRA TOP ION PROMO WOMEN SS STEEL BLUE. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/45927-lycra-top-ion-promo-women-ss-steel-blue/>

MATROOS, Kimberley. The kiteboarding kite. In: *Awa salu* [online]. Curacao, 2022, 18.06.2018 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://awasalu-kiteboarding.com/kiteboarding-kite>

NEOPREN ION AMAZE CORE SEMIDRY 4/3 FZ DL STEEL GREY. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/45208-neopren-ion-amaze-core-semidry-4-3-fz-dl-steel-gre/>

One foot jump. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.iksufmag.com/technique/intermediate/one-foot-jump/>

One handed tabletop. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.iksufmag.com/technique/intermediate/one-handed-tabletop/>

Peter lynn skim. In: *Powerkiteshop* [online]. Oldbury, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://powerkiteshop.com/peter-lynn-skim.htm>

Poutka nebo wake vázání na kiteboarding?. In: *Kiteboarding.cz* [online]. Ostrava, 2015 [cit. 2022-05-13]. Dostupné z: <https://www.kiteboarding.cz/Magazin/Jak-zacit-s-kiteboardingem/Kiteboarding/Poutka-nebo-wake-vazani>

Red bar. In: *Best* [online]. Tarifa, 2021 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://www.bestkiteboarding.com/shop/red-bar-52/>

Riding blind. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-05]. Dostupné z: <https://www.iksufmag.com/technique/intermediate/riding-blind/>

The stiffy. In: *KSurf: international kitesurf magazine* [online]. Next element, 2022 [cit. 2022-05-09]. Dostupné z: <https://www.iksufmag.com/technique/intermediate/the-stiffy/>

TRAPÉZ DUOTONE KITE SEAT RADAR BLACK. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/45662-trapez-duotone-kite-seat-radar-black/>

TRAPÉZ ION KITE WAIST NOVA 6 INDIGO. In: *Snowboardel* [online]. Praha, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://shop.snowboardel.cz/products/68109-trapez-ion-kite-waist-nova-6-indigo/>

What Kind Of Wind Is Best For Surfing?: Surfing Wind Direction Terms. In: *Madness water* [online]. Dubai, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <http://www.watermadness.com/what-kind-of-wind-is-best-for-surfing/>

Wind window. In: *Iko* [online]. Cabarete, 2022 [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://beta.ikointl.com/elearning/gallery/wind-window>

XR7. In: *Core* [online]. Fehmarn [cit. 2022-05-11]. Dostupné z: <https://corekites.com/us/kite/kites/xr7>

Seznam obrázků

Obrázek 1: Kite s otevřenou komorou (Future kiting, neuvedeno).....	16
Obrázek 2: Kite s uzavřenou komorou (Kiteboarding.cz, 2015)	17
Obrázek 3: C-Kite (Matroos, 2022), Obrázek 4: C-Kite Core (Core, neuvedeno).....	18
Obrázek 5: Bow Kite (Kite generation, 2022), Obrázek 6: Bow Kite (Core, neuvedeno)..	19
Obrázek 7: Rozdíl depoweru mezi „céčkem“ a bow kitem (Awa salu, 2018).....	19
Obrázek 8: Delta/Hybrid kity (Awa salu, 2018)	20
Obrázek 9: Dvoušňurový bar (Nejlevnější draci, 2020).....	20
Obrázek 10: Tříšňurový bar (Powerkiteshop, 2022).....	20
Obrázek 11: Čtyř/pětišňurový bar (upraveno dle Best, 2021).....	21
Obrázek 12: TwinTip (Snowboardel, 2022).....	22
Obrázek 13: Vlnové prkno (Snowboardel, 2022)	23
Obrázek 14: Foil set (Snowboardel, 2022).....	23
Obrázek 15: Sedací trapéz (Snowboardel, 2022)	24
Obrázek 16: Bederní trapéz (Snowboardel, 2022)	24
Obrázek 17: Krátký leash (Kiteboarding.cz, 2015).....	25

Obrázek 18: Lycrové tričko (Snowboardel, 2022), Obrázek 19: Neopren (Snowboardel, 2022)	25
Obrázek 20: Beaufortova stupnice (Blažej, neuvedeno)	26
Obrázek 21: Směry větru vůči břehu (Madness water, 2022)	27
Obrázek 22: Větrné okno (IKO, 2022), Obrázek 23: Větrné okno (IKO, 2022)	28
Obrázek 24: Pravidla na vodě (IKO, 2019)	32
Obrázek 25: Graby (Hosp, 2013)	36
Obrázek 26: Backroll sekvence (Kite surfing trick, 2022)	37
Obrázek 27: Frontroll sekvence (Kite surfing trick, 2022)	38
Obrázek 28: Pop to blind sekvence (KSurf, 2022)	39
Obrázek 29: Darkslide sekvence (KSurf, 2022)	40
Obrázek 30: Hand drag sekvence (KSurf, 2022)	41
Obrázek 31: Jesus walk sekvence (Kite surfing trick, 2012)	42
Obrázek 32: Frantrum sekvence (DUOTONE Kiteboarding, 2022)	43
Obrázek 33: Board flip VS. Board varial (Hosp,2013)	44
Obrázek 34: Stiffy sekvence (KSurf, 2022)	45
Obrázek 35: One handen tabletop sekvence (KSurf, 2022)	46
Obrázek 36: Dead man (Kitesurf vacatio.n Mexico, 2013)	47
Obrázek 37: One foot sekvence (KSurf, 2022)	48
Obrázek 38: Board off sekvence (KSurf, 2022)	49
Obrázek 39: Heart attack (Hosp, 2013), Obrázek 40: Around the world (Hosp, 2013)	50
Obrázek 41: Rock and Roll (Hosp, 2013), Obrázek 42: Rodeo (Hosp, 2013)	50
Obrázek 43: Kite loop sekvence (DUOTONE Kiteboarding, 2022)	51

Seznam tabulek

Tabulka 1: Výběr velikosti kitu vzhledem k síle větru a hmotnosti kitera (Hosp, 2013)	15
Tabulka 2: Typ kitu pro danou disciplínu (Hosp, 2013)	15