

دویدن با کفش های چرخ دار

آشنایی با اسکیت و انواع مسابقات آن

«اسکیت» ورزشی است که در آن شخص تلاش می کند با استفاده از کفش های چرخ دار یا تخته های مخصوص چرخ دار، تا حد ممکن سرعت بگیرد، از دیگر رقیبانش جلو بیفتد یا اینکه از روی مانع ها عبور کند و حرکت های نمایشی زیبا انجام دهد.

این رشته را در قرن هیجدهم و ورزشکارانی ابداع کردند که به «پاتیناژ» (حرکت های نمایشی روی یخ) می پرداختند. آن ها در صدد بودند که با ساختن نوعی کفش مخصوص، تمرین های خود را در فصل های گرم سال و زمانی هم که از برف و یخ روی زمین اثری نیست، ادامه دهند. امروزه مسابقه های اسکیت به دو شکل برگزار می شوند:

- مسابقه های سرعت که ورزشکاران در پیست مخصوص یا جاده با رقیبان خود مسابقه می دهند؛
- رقابت های آگرسبو که حرکت های زیبای ورزشکار هنگام پرش از مانع ها سبب می شود داوران به او امتیاز بدهند.

ابزارها و وسایل بازی اسکیت

اسکیت باز باید کفش مخصوص و پیراهن و شلوار راحت بپوشد. انتخاب لباس و شلوار به دلخواه ورزشکار است. مثلاً او می تواند از شلوار یا شلوارک استفاده کند. در مسابقه های اسکیت سرعت، لباس ورزشکار باید طوری باشد که به بدن او بچسبد و اصطکاک هوا را کاهش دهد. اما در حرکت های نمایشی، بازیکن می تواند از پیراهن و شلوارک گشاد و راحت استفاده کند. برای جلوگیری از مصدومیت، هر بازیکن باید کلاه ایمنی و زانوبند نیز داشته باشد و در مسابقه از آن ها استفاده کند.



کفش اسکیت

کفش اسکیت از سه قسمت تشکیل شده است: بوت (boot)، جایی که پا درون آن قرار می گیرد. تیغه (frame یا track): قسمت تیغه ای شکل که بوت را به چرخ ها متصل می کند. چرخ ها (rullers): موجب حرکت اسکیت می شوند.



انواع اسکیت

به کفش اسکیتی که در آن تیغه و چرخ ها به صورت خطی زیر کفش قرار گیرند، «این لاین» (in-line) گفته می شود. اما اگر چرخ ها به شکلی قرار گیرند که از اتصال آن ها به هم یک مستطیل تشکیل شود، آن را «کواد» (quad) می نامند.



انواع مسابقه های اسکیت سرعت

۱۰۰۰ متر، ۱۰۰۰ متر امتیازی، ۱۵۰۰ متر، ۳۰۰۰ متر امدادی (تیمی)، ۲۰۰ متر جاده، ۵۰۰ متر جاده، ۱۰۰۰۰ متر، ۵۰۰۰ متر امدادی، ماراتن (۴۲ کیلومتر و ۱۹۵ متر).





اسکیت آگرسبو

نوعی مسابقه اسکیت نمایشی است که در آن اسکیت‌باز در محیطی مشخص و پر از دست‌اندازهای مصنوعی و دست‌ساز حرکتهای نمایشی انجام می‌دهد؛ مثلاً به هوا می‌پرد و حرکتهای آکروباتیک می‌کند. یا اینکه با اسکیت از روی مانع‌هایی با ضخامت کم (مثل لوله) عبور می‌کند. محیطی که اسکیت آگرسبو در آن انجام می‌شود، ممکن است پیست مخصوص یا محوطه‌ای مثل خیابان باشد.

انواع اسکیت آگرسبو

اسکیت خیابانی: این نوع اسکیت‌بازی بیشتر مخصوص اسکیت‌بازانی است که برای تفریح به اسکیت می‌پردازند. اسکیت خیابانی بیشتر در جاهایی انجام می‌شود که نرده‌ها و پله‌های فراوانی وجود دارند و اسکیت‌باز تلاش می‌کند از روی آن‌ها بالا و پایین بپرد. در این نوع اسکیت، ورزشکار می‌کوشد بدون کمک گرفتن از دست خود از مانع‌ها بگذرد. او تنها زمانی می‌تواند از دستش استفاده کند که به دلیل پرش بلند، امکان جدا شدن اسکیت از پاهای او وجود داشته باشد.

ورت: این نوع اسکیت‌بازی مخصوص ورزشکارانی است که به صورت حرفه‌ای به این رشته می‌پردازند. آن‌ها همان کارهای اسکیت‌بازهای خیابانی را انجام می‌دهند، اما در محیط مخصوص مسابقه که عموماً به شکل «U» است. در آنجا هر ورزشکار دو دقیقه فرصت دارد که با انجام حرکتهای نمایشی، مهارت خود را نشان دهد. در پایان کار، داوران با توجه به سختی کارهای انجام‌شده به او امتیاز می‌دهند. در این رقابت‌ها، ورزشکاران گاهی بیشتر از ۱۰ پا بالاتر از سطح زمین نیز ارتفاع می‌گیرند.

اسکیت پارک: ترکیبی از مسابقه خیابانی و «ورت» است. در این نوع رقابت، محوطه مسابقه ترکیبی از محوطه مسابقه «ورت» و خیابانی است و مانع‌ها از چوب، استیل و سیمان ساخته شده‌اند.

کفش مخصوص آگرسبو

کفش‌های این نوع اسکیت کوچک‌تر و سنگین‌تر از سایر کفش‌های اسکیت‌اند. سنگینی کفش‌ها سبب می‌شود که اسکیت‌باز کنترل بیشتری روی اسکیت داشته باشد و به دلخواه سرعت خود را کم و زیاد کند. این نوع کفش‌ها نسبت به کفش‌های اسکیت سرعت، شتاب کمتری دارند و چرخ‌های آن‌ها نیز باید بیشتر از کفش اسکیت سرعت تعویض شوند.

اسکیت‌بورد (تخته اسکیت)

اسکیت‌بورد تخته‌ای است که زیر آن چهار چرخ (در چهار گوشه آن) قرار دارد. دو انتهای تخته اندکی به بالا خم شده‌اند. اسکیت‌بورد به پا متصل نیست و به همین دلیل، ورزشکار هنگام پریدن از مانع‌ها باید مراقب باشد که اسکیت‌بورد از پاهایش فاصله نگیرد. اسکیت‌بورد از شاخه‌های «آگرسبو» است و معمولاً مانع‌های آن سکوها، لبه جدول‌ها در خیابان‌ها، میله‌ها و پله‌ها هستند.

آیا می‌دانید؟

رشته‌هایی چون آگرسبو و اسکیت‌بورد در شمار «ورزش‌های هیجانی» قرار می‌گیرند. از دیگر ورزش‌هایی که در این گروه قرار می‌گیرند، می‌توان به سنگ‌نوردی و دوچرخه‌سواری «بی‌ام‌ایکس» (bmx) اشاره کرد.

اسکیت در ایران

اولین بار در سال ۱۳۷۳ بود که انجمنی به نام «انجمن اسکیت» زیر نظر فدراسیون ورزش‌های همگانی شکل گرفت. یک دهه بعد فدراسیون اسکیت ایران کار خود را آغاز کرد. در حال حاضر، مسابقه‌های گوناگونی در رشته‌های اسکیت سرعت، اسکیت نمایشی، اسکیت هاکی، اسکیت‌بورد، آگرسبو و آزاد در کشور برگزار می‌شوند و ورزشکاران کشورمان در رشته‌های یادشده به مقام‌هایی چون قهرمانی ماراتن آسیا، نایب قهرمانی و عنوان سوم اسکیت هاکی آسیا، نایب قهرمانی اسکیت آزاد آسیا، مقام چهارم آگرسبو آسیا و مقام دوم اسکیت نمایشی این قاره دست یافته‌اند. ایران با نام «عضو ۹۳» در فدراسیون جهانی اسکیت شناخته می‌شود و این یعنی از ۲۰۰ عضو این فدراسیون، ایران نودوسومین کشوری است که عضو فدراسیون بین‌المللی اسکیت شده است.

