

Школы - впечатления/отзывы

Послан Nika - 28.03.2012 04:48

В марте 2012 обучалась в школе в Доломитовых Альпах (Италия, Канацеи) под руководством AnalyzeR.

На лыжах - первый сезон. Физическая подготовка - нулевая. До школы пыталась несколько раз пройти обучение у случайного инструктора, что привело к возникшему рефлексу «отключивания ноги в плуг», неправильной стойке и трудностям при езде на параллельных лыжах.

Благодаря удивительному терпению, спокойствию и высокому профессионализму AnalyzeR, за пять дней смогла ехать на параллельных лыжах и в более-менее правильной стойке. А самое главное - научилась падать без особых последствий и травм, чему раньше никому и не приходило в голову меня научить. Надеюсь, что смогу в дальнейшем избавиться от чувства страха на крутых склонах и при больших скоростях.

Методика AnalyzeR, конечно, довольно жесткая, не рассчитанная на «девичьи капризы», требующая хорошей физической подготовки, но при ее наличии позволит вам добиться очень хороших результатов за короткий период времени.

А дружелюбная атмосфера всеобщей взаимопомощи и поддержки, царящая на занятиях и после них значительно ускоряют достижение

технического прогресса в катании.

Еще раз благодарю Олега и Игоря за профессионализм и замечательные человеческие качества, а всех «одношкольников» за отличную компанию.

Надеюсь, что смогу еще поучиться вместе с вами!

=====

Школы - впечатления/отзывы

Послан AnalyzeR - 21.03.2012 01:19

Буду очень признателен всем обучавшимся в Школах - если Вам понравилось, как мы работаем, дайте нам рекомендацию.

Для начала немного саморекламы

Вот канал, на котором я теперь выкладываю отснятые технические видео - [youtube.com/AnalyzeRu](https://www.youtube.com/AnalyzeRu). По названию плейлиста можно выбрать то или иное мероприятие (если листы не видно, нажимайте под надписью «Канал пользователя»; Видео / Плейлисты). Прогресс в лыжной технике отдельно взятого человека можно проследить наглядно.

Рассмотрим пример на этих трёх роликах (январь 2012): , ,

Ванда начала кататься два года назад у меня же. После недели занятий она почувствовала уверенность, дальше каталась сама и училась у разных людей, в том числе очень квалифицированных (в частности - демонстрация того, к чему приводит такой подход). Склон во всех трёх видео примерно одинаковой сложности и крутизны, на первом снег укатанный.

[youtube:1lism2a7]q3Pg6CBbfB4[/youtube:1lism2a7]

На первых двух роликах отчётливо видны скованность и страх, на третьем она уже вполне раскованно и динамично едет.

Стремление поскорее перекинуть лыжи на другой кант и зарубиться ими в склон привели к отсутствию ведения дуги. Лыжи, соответственно, перебрасываются движением корпусом (тазом). Ванда была предупреждена об особой вредности использования уколов палкой на начальном этапе, но стремление сразу же поехать годелем оказалось сильнее увещаний и привело к тому, что руки опущены, локти, поджаты к корпусу, сгибание поясницы при каждом уколе, таз в заднем положении.

[youtube:1lism2a7]JkODw5e_WR8[/youtube:1lism2a7]

Мы начали с того, что исправили положение корпуса, постарались избегать всякое вращательное движение им, и стали ездить только длинными дугами. На втором ролике видно, что дуги стали плавными, и видно стремление исправить положение корпуса, но второе пока не удаётся - по-прежнему происходит сгибание в пояснице, а вытянутые руки тянутся вниз.

[youtube:1lism2a7]UQy3OLEYkPc[/youtube:1lism2a7]

На третьему ролике эти явления практически изжиты и "пациент" свободно поехал широкими и средними дугами. Ближайшее задание - работать над амортизацией (ноги слишком статичны и напряжены) и учиться плавному проскальзыванию (на таких склонах, как в первом ролике).

=====

Школы - впечатления/отзывы

Послан Алексей - 21.03.2012 17:54

В середине февраля 2011 года мы с дочерью проходили обучение в школе, под чутким руководством AnalyzeR в Вистлере (Ванкувер, Канада).

В марте 2012 года продолжили в Доломитовых Альпах (Италия, Канацеи), под руководством уже двух инструкторов - AnalyzeR и Веретенникова Игоря (VIV).

Во всех поездках результатами обучения очень довольны. Прогресс, как говорится, на лицо. Выражаем свою благодарность Олегу и Игорю, ждем с нетерпением начала нового сезона, чтобы продолжить обучение. В виде бонуса получили возможность приобрести новых друзей из разных городов страны (в группе было более 20 человек), что сделало нашу поездку незабываемой и интересной.

Всем удачи!

=====

Школы - впечатления/отзывы

Послан Nika - 28.03.2012 05:01

Описывая свои "достижения", совсем забыла сказать всем, кто хочет научить кататься своих детей - ВАМ ОБЯЗАТЕЛЬНО К ИГОРЮ (VIV) !!!

=====

Школы - впечатления/отзывы

Послан Iris - 29.03.2012 09:12

Проходила обучение под руководством Analyzer, как и Nika=)

Хочу отметить подробные и понятные объяснения, что куда двигать и наклонять))

Смену упражнений (видимо направленную на то, чтобы освежать внимание к своим действиям).

Огромное терпение и доброжелательность Олега, который спокойно и с улыбкой указывал нам на ошибки (и повторял объяснения) и пытался найти разные способы "привить" правильные движения.

Он действительно постоянно наблюдал за всеми членами группы, а нас было немало! Уделял внимание всем, и в каждом упражнении.

Как только что-то получалось, Олег сразу придумывал что-то еще... было постоянное ощущение, что ты делаешь то, что вот уже точно не можешь%)

А если хочется чего-то еще, то можно сделать еще и это!-=))

Еще очень понравилась атмосфера в коллективе.

И здесь хочется сразу вспомнить Игоря VIV!

Огромное спасибо за обучение сына, правда, мне было сложно его догнать)))))) чтобы разглядеть, как едет%)))) Зайчик несется на параллельных лыжах... в этом возрасте удовольствие важнее всего=) Ребенок с гордостью говорит, что научился вальсировать!

А персонально - спасибо за мой первый черный склон;) и прекрасное настроение

Никогда не забуду, как доезжали [Sellaronda](#)

Вот где можно было проявить себя! =)

Наши тренеры сделали почти невозможное - мы ехали ВСЕ.

Тот, кто ехал быстрее, съезжал по несколько раз, пока Игорь и Олег работали с более медленными.

Я довольна серьезным отношением к процессу, отсутствием поблажек;)

и пониманием, которое получила =)

Конечно, это была всего неделя, но зато какая!

Дело здесь не только в лыжном опыте, а в опыте вообще.

Олег и Игорь, я вам очень благодарна!

Всем-всем привет и огромное спасибо за прекрасный отпуск! Надеюсь, не в последний раз!

=====