

رياضة

نهر جبر

رياضة التزلج عراقة وحدائة وتطور مستمر
لبنان يتقدّم بثبات في ترتيب الإتحاد الدولي

تختلف رياضة التزلج على الثلج عن معظم الرياضات، اكانت فردية او جماعية، خصوصا بعدما نجح الاسكندنافيون في وضع اسس اكثر حداثة وتطورا، لتتقدم اللعبة وتصبح اكثر جاذبية واتقاناً واحترافاً، الى ان توصلوا الى استعمال المزلجين المتوازيين اللذين ما زالوا يستعملان حتى ايامنا هذه مع تقنيات وادوات ومعدات اكثر احترافية

تطورت رياضة التزلج على الثلج على مر العصور، من وسيلة نقل يعود تاريخ استعمالها الى اكثر من خمس الفيات باسلوب بدائي، الى رياضة للمحترفين يعشقها مئات الملايين من الهواة عبر اصقاع الارض. سرعان ما تطورت في شكل كبير منذ حوالي 2500 سنة لتصبح احدي الرياضات الاكثر مزاولة.

ما يميز التزلج على الثلج التنوع في الالعاب. تنوع عرف منظمو المسابقات كيف يستفيدون منه ليقوموا بمسابقة الالعاب الاولمبية الشتوية التي ابصرت النور

عام 1924 في مدينة شاموني الفرنسية، تحت اسم "الاسبوع العالمي للرياضات الشتوية". وما كان ذلك ليتحقق لولا جهود الجنرال السويدي فيكتور غوستاف فالك الذي كان عضوا فاعلا في اللجنة الاولمبية الدولية، وصديقا مقربا من صاحب فكرة اطلاق الالعاب الاولمبية الحديثة البارون الفرنسي بيار دو كوبرتان. فالجنرال فالك سعى جاهدا الى ادراج رياضات التزلج في مفكرة الدورات الاولمبية. وكان له ما اراد بعدما ادرجت بعض العايب التزلج الفني على الجليد في الالعاب الاولمبية الصيفية التي اقيمت فعاليتها في صالات مغلقة في لندن عام 1908.

وككل الرياضات في العالم، شهدت رياضة التزلج فرملة لنشاطاتها خلال حقبة الحربين العالميتين ما بين عامي 1914 و1945. ابرز ما طبع تلك الحقبة كان

مدينة باردة، اضطر الجيش النمساوي الى استقدام الثلوج من مناطق اخرى لتأمين استمرارية البطولة، وذلك بسبب قلة تساقط الثلوج وقتذاك. لكن ذلك لم يمنع السوفياتية حينها ليديا سكوبليكوفا من تحقيق رقم قياسي باحرازها 6 ميداليات ذهبية في سباقات التزلج. كما شهدت البطولة بداية سباقات الزحافات لاول مرة.

بطولة العام 1968 في مدينة غرونوبل الفرنسية كانت شاهدا على تطور اللعبة بشكل ملحوظ. بلغ عدد الدول المشاركة 37 وعدد الرياضيين 1158 رياضيا تباروا في اكثر من 35 مسابقة مختلفة. كذلك بيعت حقوق النقل التلفزيوني بمبلغ تجاوز 2 مليون دولار ما اعتبر رقما قياسيا يومها.

بطولة عام 1976 كانت مناسبة لاجراء اول مسابقة اولمبية شتوية في القارة الآسيوية. كانت مناسبة لفرانثيسكو فرنانديز اوشوا ليصبح الاسباني الاول والوحيد الذي يحرز ميدالية ذهبية شتوية في مسابقة التزلج. توالى مسابقات التزلج المختلفة، وشهدت فترة الثمانينات قمة التنافس بين افضل وامهر الرياضيين العالميين الذين سطوروا اسماءهم باحرف من ذهب وخلدوا ذكرى انجازاتهم في اذهان الناس.

وسيطل محبو رياضة التزلج يذكرون الابطال البرتو تومبا الحائز ثلاث ميداليات ذهبية وبتولتين عالميتين في سباقات التزلج والتزلج العملاق لما قدمه هذا البطل من انجازات غير مسبوقة وسباقات حماسية كانت تحبس الانفاس.

ومن ينسى النمساوي هرمان ماير الذي انقذته العناية الالهية من حادث كاد يودي بحياته ليعود بعدها ويحصل



رئيس الاتحاد اللبناني للتزلج شربل سلامة.

قواعد عامة

- 1- احترام الغير من خلال التصرف بطريقة لا تشكل خطرا على نفسه وعلى الاخرين.
- 2- التحكم بالسرعة والتصرف وفقا للشروط العامة وحالة الثلج وكثافة عدد المتزلجين.
- 3- مراعاة المسافة الكافية عند التجاوز.
- 4- تأمين السلامة الشخصية عند كل تقاطع او انزلاق او انطلاق.
- 5- تحاشي الوقوف في الممرات الضيقة او المحجوبة عن الرؤية.
- 6- استخدام حافة الممر لدى الصعود والنزول سيرا على الاقدام.
- 7- التقيد التام بالمعلومات المتعلقة بحالة الطقس ووضع المدارج والثلوج وعدم مخالفتها حرصا على السلامة.
- 8- تقديم المساعدة عند الضرورة او عند حصول حوادث.

اللقب تلو الاخر في مسابقات التزلج الالبي المختلفة. مع بداية الموسم الشتوي، يأمل محبو رياضة التزلج في مزيد من الانجازات والارقام. لم لا؟ فرياضة التزلج تقدمت وتطورت كثيرا، واصبح ممارستها يتزاحمون لكسر الارقام القياسية وارضاء الجماهير.

محليا، اكد رئيس الاتحاد اللبناني للتزلج على الثلج (يضم الاتحاد 30 ناديا وزهاء

وهدفنا المشترك تطوير وتحسين مستوى المتزلجين".

وربط تطور نتائج المتزلجين في المسابقات والبطولات الخارجية بالاستقرار الاداري الذي انعكس ايجابا على المستوى الفني: "ارقام المتزلجين اللبنانيين في تطور دائم في المسابقات والدورات والبطولات القارية والعالمية، والفارق في الوقت يتقلص تدريجا وموقع المتزلجين اللبنانيين في الترتيب يتصاعد بشكل لافت".

واكد ان ارسال البعثات الى الخارج يتم "وفق معايير واضحة ومحددة تعتمد على الشفافية في اختيار المتزلجين بناء على الارقام والنتائج الرسمية. لا تمييز بين متزلج وآخر الا بالارقام التي يحققها في البطولات المحلية الرسمية".

ووصف الوضع المالي في الاتحاد بالسليم "بعدما تمكنا من تسديد ديون الاتحاد التي كانت متراكمة قبل وصولنا، بعضها عبر تقديرات خاصة والبعض الاخر من خلال مساعدة من الدولة او من عائدات الرعاية".

واضاف: "موازنة الاتحاد السنوية تتراوح بين 300 و400 الف دولار اميركي، تغطي جزءا منها من خلال المساعدات التي يرسلها الاتحاد الدولي، والمساعدة السنوية من وزارة الشباب والرياضة (50 مليون ليرة) والشركات الراعية والمبادرات الفردية (لرئيس الاتحاد دين بقيمة 100 الف دولار مسجل في قيود الاتحاد)".

وكشف عن روزنامة نشاط الاتحاد التي تمتد من كانون الثاني الى اواخر شهر اذار وتتضمن ثلاث مراحل من بطولة لبنان لكل الفئات العمرية، وبطولة لبنان لتزلج العمق (Ski de fond) في آذار، وبطولة التزلج "سنوبورد". واستضافة لبنان لبطولة الدول الصغرى لتزلج العمق من 10 كانون الثاني الجاري الى 13 منه بمشاركة 17 دولة اوروبية وآسيوية مثل رومانيا، صربيا وايران وغيرها.

واعتر ان خطوة استقدام مدربين

عام بعد عام والأمن بألف خير



المديرية العامة
للأمن العام
تضحية خدمة



ما يميز
التزلج على
التلج التنوع
في الألعاب.

ارشادات عامة

- 1 - ضرورة تمتع المتزلج بلياقة بدنية جيدة لتجنب التشنجات العضلية في أثناء التزلج.
- 2 - تجنب التزلج المنفرد. التزلج الجماعي يزيد من اسباب السلامة.
- 3 - الاتفاق المسبق على مكان ووقت الالتقاء في حال الانفصال.
- 4 - الزامية ارتداء الخوذة واللبسة الخاصة لتجنب التعرض لاصابة خطيرة او قاتلة عند السقوط.
- 5 - عدم التزلج على منحدرات قوية انت غير قادر على نزولها. في حال وجدت نفسك على احدها، لا تخجل ولا تردد عن خلع الزلاجات والنزول مشيا افضل بكثير من تعريض نفسك لاصابة خطيرة او قاتلة.
- 6 - شرب الماء وتناول القليل من الشوكولا او البسكوت لتجديد نشاط الجسم.
- 7 - اخذ استراحة وعدم ارهاق الجسم اكثر مما يتحمل.
- 8 - عدم التزلج الا في الاماكن المخصصة. الاماكن غير المخصصة للتزلج تحمل في طياتها اخطارا حقيقية كاحتوائها صخورا تحت طبقة رقيقة من الثلج.
- 9 - توقع حصول تغيير مفاجئ في الطقس.

نصائح لمستخدمي "سكي دو" على الثلج

- 1 - عدم قيادتها من اشخاص دون 18 سنة.
- 2 - الزامية ارتداء الخوذة الواقية للسائق والمرافق.
- 3 - قيادتها مرفقة دليل (شخص يعرف المنطقة جيدا ويستطيع معالجة اي عطل طارئ).
- 4 - عدم قيادتها عشوائيا او على منحدرات غير واضحة المعالم، حيث من الممكن اصطدامها بالصخور والتسبب باصابات مميتة.

◀ دوليين من سويسرا لاقامة دورات صقل للمدربين المحليين "ساهمت في شكل كبير في رفع المستوى". واثنى على بروتوكول التعاون الذي وقعه الاتحاد اللبناني مع نظيره الاتحاد النمساوي والذي يتضمن استضافة متزلجين ومدربين من لبنان في معسكر لمدة ثمانية ايام، يتخلله تدريبات باحدث التقنيات. وقد ضمت بعثة هذا الموسم ثمانية متزلجين واربعة مدربين عن الاستحقاقات الخارجية كشف عن روزنامة غنية تتضمن العديد من المشاركات، ابرزها في بطولة العالم في مدينة اوري السويدية من 8 شباط الى 17 منه ببعثة ستضم 8 متزلجين (4 رجال و4 سيدات) و3 مدربين ووفدا اداريا. ثم بطولة العالم للجونيور لما دون 21 سنة في (Junior World Champion chip) ايطاليا من 18 شباط الى 27 منه، وبطولة العالم لتزلج العمق في النمسا من 22 شباط الى 3 اذار، اضافة الى 3 بعثات الى كرواتيا وفالديزير واندورا للمشاركة بطولات محلية التي تنظم للاولاد من 12 الى 15 سنة.