

EXTREME SPORTEN

# Adrenaline *KICK* op sneeuw en ijs



SNOWKITEN, IJSDUIKEN EN ANDERE EXTREME SPORTEN

# Extreem schaatsen

Zelfs schaatsen heeft een extreme variant! Bij crashed ice schaats je met meerdere deelnemers tegelijk zo snel mogelijk over een lastig ijsparcours. Onderweg moet je door krappe bochten en over schansen, hobbels en afgrondjes (drops). Wie het eerst over de finish gaat, heeft gewonnen.

Het hele jaar door zijn er wedstrijden waarbij je punten kunt verdienen. Wie aan het eind van het seizoen de meeste punten heeft, is wereldkampioen.

Omdat het parcours op een helling ligt, worden bij crashed ice soms snelheden gehaald van 80 kilometer per uur. De deelnemers zijn vaak behendige ijshockeyers, de wedstrijden zijn sensationeel.

De eerste officiële wedstrijd crashed ice was in 2001. De tijdelijke ijsbanen worden in een skigebied of midden in een stad aangelegd en kunnen soms wel 600 meter lang zijn. Je moet er behoorlijk goed voor kunnen schaatsen! De deelnemers dragen beschermende kleding en hebben een helm op.

*De organisatoren maken de ijsbanen elk jaar extremer.*



*Het crashed-ice-circus reist de hele wereld over.*

# Snowboarden

Bij snowboarden glijd je op een board met hoge snelheid van een besneeuwde helling. Je voeten zitten in boots, die met bindingen vastzitten aan het board. Snowboarden is in de jaren 60 uitgevonden door een surfer die over sneeuw wilde surfen. Het werd al snel een populaire sport.

*Je kunt op een halfpipe of op een piste snowboarden.*



*De lengte van een board bepaalt hoe wendbaar en stabiel de plank is.*

Je kunt natuurlijk gewoon van een berg naar beneden snowboarden, maar extreme snowboarders willen meer. Zij willen bijvoorbeeld zo hard mogelijk van een berg af of trucjes en stunts doen. Ze snowboarden meestal op moeilijker terrein dan een normale skipiste. Soms gaan ze daarbij rakelings langs een klif of ravijn.

Een snowboard lijkt op een skateboard, er zitten alleen geen wieltjes onder. Een snowboard is ook langer dan een skateboard: een snowboard is gemiddeld 1,5 meter lang, een skateboard is meestal ongeveer 75 centimeter lang.

Er zijn verschillende soorten snowboards. Ze zijn gemaakt van hout of foam, met een harde kunststof buitenlaag.

Snelheidsduivels kunnen het beste een hard snowboard met harde bindingen nemen. Die harde bindingen geven je voeten meer steun. Freestyle snowboards - geschikt voor tricks - zijn van soepeler materiaal en hebben zachte bindingen.

## Extreem jong

De beste extreme sporters van de wereld mogen meedoen aan de X Games. Deze worden twee keer per jaar gehouden: in de zomer en in de winter.

Chloe Kim is een snowboarder uit de Verenigde Staten. In 2014 won ze een zilveren medaille bij de X Games. Ze was toen veertien. Als enige won ze drie gouden medailles bij de X Games voordat ze zestien werd. En in 2018 won ze een gouden medaille op de halfpipe tijdens de Olympische Winterspelen.



# EXTREME SPORTEN

## AdrenalineKICK

### op sneeuw en ijs



Ontdek welke extreme avonturen je kunt beleven bij sporten op sneeuw en ijs, zoals sneeuwscooteren, ijsklimmen en bobsleeën.

Welke sport geeft jou een kick? In de serie *Extreme sporten* lees je welke grote risico's sommige sporters nemen voor de ultieme adrenalineboost. Laat je in dit boek verrassen door bizarre uitdagingen, waanzinnige skills en indrukwekkende records!

#### Boeken in deze serie:



978-90-8664-831-3



978-90-8664-828-3



978-90-8664-830-6



978-90-8664-829-0

corona



9 789086 648290

[www.schoolsupport.nl](http://www.schoolsupport.nl)