

3-pin binding čelist'ové vázání s třemi hroty
7 judge format struktura sedmi rozhodčích
ability schopnost
abonnement permanentka na lyžařské vleký
above the sea level nad mořem
above zero nad nulou
absorb pohl'tít, tlumit
absorb vibrations tlumit kmity, vibrace
absorption tlumení
absorption technique vyrovnávací technika, jízdy v boulovatém terénu
absorption-extension technique vyrovnávací technika, technika tlumení
absorption-extension turning oblouky pro přejíždění vln
accelerated teaching method vyučovací metoda, kdy začátečníci začínají na lyžích 135-150cm dlouhých
accelerating zrychlování
acceleration zrychlení
accessories doplňky
accident nehoda
accompanied by music doprovázené hudbou
ache bolest, bolet
acro acro
Acro Program Layout Plán prvků
acro skiing acro
acrobatic manoeuvres akrobatické prvky
acrylobutyl styrene tvrdá umělá hmota používaná na vrchní povrch lyží
action and reaction akce a reakce
active leg action aktivní práce nohou
acute pain prudká bolest
add scores together sečíst body
add up points sečíst body
adhesive plaster náplast
adhesive tape náplast
adjust binding seřídít vázání
adjustable nastavitelný
adjustable rear-entry boot bota s vnitřními lanký ovládanými páčkami
advance the unweighted ski předsunout odlehčenou lyží
advanced ski předsunutá lyže
advanced skier pokročilý lyžař
aerial acrobatics skoky při akrobatickém sjezdu
aerial maneuvers skoky při akrobatickém sjezdu
aerials akrobatické skoky
afterbody zadní část lyže mezi vázáním a patkou lyže
aggressiveness agresivita
ahead vpřed
air skoky při akrobatickém sjezdu, vzduch, odraz, výška a dálka, skoky
air resistance odpor vzduchu
air sense orientace ve vzduchu
akja kanadské saně
algidity podchlazení

all-purpose exercises všeobecná cvičení, příprava
alpine ski touring skialpinismus
alpine skiing alpské lyžování, sjezdové lyžování
altitude nadmořská výška
altitude sickness horská nemoc
aluminium ski poles hliníkové lyžařské hole
ambulance sanitka, záchranka
ammunition munice, náboje
anaesthetic narkóza
angle of slope sklon svahu
angle of the kicker curvature úhel zakřivení můstku
angled position přívratné postavení
angling vysunutí patek lyží
angulation odklon trupu, zatímco kolena a pánev jsou tlačeny ke svahu
ankle kotník
ankles bent ohněte nohy v kotních
anorak větrovka
anti-friction pad antiřecí podložka umožňující snadné uvolnění z vázání při pádu
anti-skid protiskluzové
anticipation předvídaní, předtočení, předtočení trupu ve směru budoucího oblouku ve fázi ukončení minulého oblouku
apart od sebe, oddálení
apply aplikovat, použít
apply on a compress dát obklad
apply plaster cast on dát sádku na
apply wax aplikovat, mazat, nanést vosk
approach somebody přiblížit se k někomu
area oblast, plocha
arm paže
arms relaxed drže paže uvolněně
arterial bleeding tepenné krvácení
articulated slalom poles kloubové tyče
articulation kloub
artificial limb protěza končetiny
artificial respiration umělé dýchání
artificial ski slope lyžařský svah s umělou hmotou
artificial snow umělý sníh
artificial snow-making machine sněhové dělo
artificial ventilation umělé dýchání
artistic impression umělecký dojem
assessment of judges hodnocení rozhodčích
assist somebody in something pomáhat komu při čem
at the first request na první žádost
attach připevnit, přidělat, připojit
attachable hood připevnitelná kapuce
attachment úpon
attempt pokus
automatic distance measuring equipment zařízení pro automatické měření vzdálenosti
avalanche lavina
avalanche cord lavinová šňůra
avalanche dog lavinový pes

avalement turn vyrovnávací oblouk, oblouk pro přejíždění vln
average průměr, průměrný
award marks udělit, přidělit body
award points udělit, přidělit body
award scores udělit, přidělit body
axis osa
back záda
back flip přemet přes hole vzad
back layout somersault salto vzad prohnuté
back pike somersault salto vzad schylmo
back somersault salto vzad
back tuck somersault salto vzad sbaleně
backache bolest zad
backbone páteř
backpack batoh
backscratcher zánožka
backward vzad, dozadu, směrem vzad, vzad, dozadu, směrem vzad
backward handspring skočný přemet vzad
backward lean záklon, náklon vzad, záklon
backward side-slipping sesouvání šikmo vzad
backward walkover kročejný přemet vzad
bad burn těžká popálenina
bag taška
balance rovnováha
balanced dít rovnováže
ball of the foot polštářky chodidla
ballet balet
ballet sequence baletní sekvence, řada
ballet skiing balet na lyžích
bamboo ski poles bambusové lyžařské hole
banana ledvinka
banana boat kanadské saně
banana position odklon trupu, zatímco kolena a pánev jsou tlačeny ke svahu
bandage obvaz, obvázat ránu, zranění
banking vklonění dovnitř oblouku
bare holý, bez sněhu
bare spots holá místa bez sněhu
base skluznice
base wax základový vosk
base with step patterns skluznice s výstupky v odrazové zóně
basic fundamentals základní prvky
basic ski skills základní lyžařské pohybové dovednosti
basic stance základní postroj
basket kroužek hole
be conscious být při vědomí
be fit být ve formě
be in form být ve formě
be in shape být ve formě
be out of form nebýt ve formě
be out of shape nebýt ve formě
be unconscious být v bezvědomí

beginner začátečník
below zero pod nulou
belt bag ledvinka
bend knees pokrčít, skrčit, ohnout kolena
bent ski poles tvarované lyžařské hole pro sjezd
beyond range z dostřelu, mimo dostřel
biathlon biatlon, spojení běhu na lyžích a střelení
Bielman spin točení minimálně o 180 stupňů v arabeskovité poloze, kdy jedna noha se zvedá nad hlavu s pomocí ruky
big toe palec u nohy
binding vázání, lyžařské vázání
bivouac bivak, bivakovat
black aiming marks černé terče
bleeding krvácení
bleeper vysílačka, která umožňuje nalézt lidi zasypané lavinou
blister puchýř
blocked zablokovaná
blood krev
blood pressure krevní tlak
blood-group krevní skupina
body tělo, trup, organizace
body position držení těla
boiler plate ledová plotna
bone kost
boot shell tvrdý skelet
boots boty
bow-legged skier lyžař s nazouváním zezadu
brake brzda, brzdít
braking brzdění
braking snowplow brzdivý pluh
braquage turn oblouk vzpříčeným
break zlomit si
break down zhroutit se, zkolabovat
breakable crust křusta, která se propadá
breakable targets terče, které se po zásahu zlomí
breath dech
breath frequency dechová frekvence
breath in nádech
breath out výdech
breathe dýchat
breathing dýchání
breathlessness bezdeší
breeze vánek
broken bone zlomená kost, prasklá lebka, rozbitá hlava
bruise modřina, pohmožděnina
bruised pohmožděný
bubble car kabinová lyžařská lanovka
Bucher spin točení minimálně o 180 stupňů, v průběhu rotace se noha zvedá nad hlavu a hlava klesá pod úroveň pasu
buckle přezka
buckle boots přezkové boty
buckle with extra ratchet nastavitelná přezka

buckle with screw adjustment přezka nastavitelná pomocí šroubu
bullets náboje, kulky
bum hýždě
bum bag ledvinka
bump technique technika jízdy v boulovatém terénu
bumps boule, boule, terénní vlny, nerovnosti, boule, terénní vlny
bumps and dips technique vyrovnávací technika
bumpy terrain boulovatý terén
bumpy trail boulovatá trať
bunt edges tupé hrany
burn spálenina, popálenina, spálit
burrs kovové špony, které někdy zůstanou na hranách lyže po pilování
buttocks hýždě
button lift taliřová poma
buttons knoflíky
bystander přihlížející
cable binding lankové vázání
cable car lanovka
caliber kalibr
calm down uklidnit
camber vzpruh lyží, odrazová zóna, vzpruh
candle svíčka
cant-plates klínky pro vytvoření správného sklonu lyžařských bot a vázání u jedinců s nohama do O nebo X
canting použití klínků či podložek mezi boty a lyže pro vyrovnání postavení lyží u lyžařů s nohama do O či do X
cap čepice
cardiac muscle srdeční sval
cardiovascular system srdečněcévní systém
carousel pirueta, kdy lyžař drží rovnováhu na holích, které má na břiše a ve vzduchu se točí o 360°
carriage držení těla
carry the rifle nést pušku
carrying skis nošení lyží
cartwheel hvězda, přemet stranou
carved turns řezané oblouky, jeté po hranách, řezané oblouky
carving jízda po hranách
carving action řezaná akce při vedení oblouku
carving skis carvingové lyže, tzn. s výrazným bočním krojením
casualty oběť
catch up with somebody dojet koho, dotáhnout se na koho
catching an edge zařiznutí lyže do sněhu
center of gravity těžiště
center of rotation střed otáčení
center of the ski střed lyže
centrifugal force odstředivá síla
centripetal force dostředivá síla
certificate osvědčení

chair lift sedačková lanovka
champion mistr
championship mistrovství
change změnit, převléknout
change of direction změna směru
change of edge-setting změna hrazení
change of weighting změna zatížení
changing přestoupení
changing direction změna směru
charge the ski zatížit lyži
check zkontrolovat
check-hop odraz ze zahranění
check-hop garland girlanda se zahraněním a odrazem z hran lyží
check-up všeobecné lékařské vyšetření, celková prohlídka
chief of take-off velitel odraziště
chilblain omrzlina
chilly mrazivé, mrazivo
Chinook teplý vítr, který se objevuje na západě USA, obdoba alpského fěnu
choke dusit, dusit se
Christie oblouk, tzv. kristiánie
chronological sequence pořadí prvků
classical cross-country ski technique technika klasického běhu na lyžích
clear off uvolněte trať
clearing track dráha pro dojezd
climate klima, podnebí
climb šplhat, stoupat vzhůru
climbing techniques způsoby výstupů
climbing track trasa výstupu
clip skis together svázat lyže
closed gate zavřená branka
closed stance postoj s úzkou stopou
clothing oblečení, oděv
cloud ocean inverze, inverze, vrstva mraků v údolí
clouds mraky
cloudy oblačné, oblačno
code of conduct zásady bezpečného chování na lyžích vydané FIS
cofix candle kofixová svíčka
comma position odklon trupu, zatímco kolena a pánev jsou tlačeny ke svahu, odklon trupu od svahu
compact skis kompaktní lyže
compete soutěžit, závodit
competent přiměřené
competition soutěž, závody, závod (y), soutěž
competitive skiing závodní, soutěžní lyžování
competitor soutěžící, závodník, závodník, soutěžící
competitor's style styl závodníka
complete fall kompletní pád
compress obklad
compression vyrovnávací technika pro jízdu v boulich, kdy je oblouk zahájen na vrcholu boule, stlačení, tlak