

Charakteristika tratí štandardu Flow Country Trail



- *Synergia s krajinou:* V maximálnej miere využívať všetko, čo krajina poskytuje a zvýrazniť topografiu krajiny a jej prvky ako sú skaly, stromy, potoky, etc. Niektoré zdroje popisujú plynulú trať skôr ako výsledok odhalovania potenciálu krajiny než jej výstavby.
- *Protiváha síl pôsobiacich na jazdca:* Plynulé trate sú maximálne efektívne vo využití pohybu bicykla a jazdca na ňom a sú navrhnuté tak, aby pôsobili proti silám, ktoré vytláčajú jazdca mimo trate. Konkávne klopenky a naklonenie trate sú dobrým príkladom pre podporu trakcie, bezpečnosti a zábavy jazdca pri súčasnom dosiahnutí podmienky trvalej udržateľnosti trate.
- *Udržanie hybnosti:* Ideálne trate neobsahujú prvky deštruujúce plynulosť jazdy ako sú napríklad ostré zákruty, nekompatibilné a neharmonické prvky a nenadväzujúce stúpania a klesania. Naopak, využíva sa vlnenie terénu a klopenie trate za účelom dosiahnutia plynulej jazdy a podpory pohybu jazdca smerom vpred. Plynulosť podporuje u jazdca lepšie vnímanie jazdy na bicykli a vlastností bicykla. Smeruje k dosiahnutiu jedinečného pocitu z plynulého pohybu po krajine..
- *Vedenie jazdca smerom dopredu:* Vhodný návrh trate podporuje u jazdca pohyb objavovania a využíva jeho hybnosť – táto súhra pomáha jazdcovi v pohybe napred, priam ho k tomu vyzýva. Trať prináša neodhadnuteľné prekvapenia, nenudí, jej rôznorodosť a inovatívnosť vytvára zvláštny intuitívny pocit.

- *Dobrá prístupnosť:* Trať musí byť prístupná čo najširšiemu množstvu obdivovateľov horskej cyklistiky. Môže byť umiestnená aj vzdialenejšie ale musí byť v dosahu prístupová trať - okruh podobnej fyzickej a technickej obtiažnosti.
- *Tolerancia:* Trať nie je nikdy extrémna, nebezpečná alebo strmá; je výzvou pre jazdca pre rozvíjanie jeho technickej zručnosti, zahrňuje prvky, ktorými je možné kedykoľvek prejsť štandardným spôsobom ale dá sa na nich aj skákať. Hoci je trať singletrackového charakteru, je vhodné ju rozšíriť tam, kde to je s ohľadom na korigovanie jazdeckých chýb menej skúsených jazdcov potrebné. Trať môže obsahovať aj náročnejšie prvky, musia mať však vždy ako alternatívu štandardný prejazd.
- *Konzistentnosť:* Flow Country Trail treba chápať ako samostatný segment. Pokiaľ má byť trať súčasťou dlhšej trate alebo systému, je potrebné aby trať dodržiavala princípy prístupnosti a postupnosti po celej svojej dĺžke.

Lokalita



1) Lokalita by mala umožňovať výstavbu tratí na základe princípov budovania trvale udržateľných tratí; Sklony terénu do ktorého sú umiestnené trasy by mali byť v rozsahu 20% až 60%. V prípade svahov s menším sklonom je potrebné viacej zásahov a dodatočný import materiálu, aby sa mohli vyformovať potrebné zakrivenia v terénnych prvkoch, ktoré budú trvácneho charakteru. Nedoporučajú sa strmšie svahy vzhľadom na to, že prípadné opustenie trate jazdcami by malo nežiadúce dôsledky.

2) Z hľadiska údržby a trvanlivosti tratí sú preferované lokality s hlineným povrchom.

3) Koridor, ktorým vedie trať, by mal vyhovovať usmerneniam pre budovanie trvácnych tratí; sklon dlhších úsekov so stúpaním by nemal prekročiť 10%, trate by mali mať pravidelne a vhodne umiestnené drenážne prevky.

4) Minimálna dĺžka trate by mala byť 500 metrov v mestskom prostredí a minimálne 1 km v krajine. Maximálne dĺžka trate nie je definovaná.

5) Prirodzené prekážky sú žiadúce. Kamenný povrch ako aj povrch pokrytý halúzkami či inými lesnými zbytkami sú veľmi vhodné, vzhľadom na to že spevňujú trať a dajú sa využiť aj ako dobrá pokrývka trate. Flow Country Trail prináša lepší pocit z krajiny pokiaľ využíva čo najviac jej prirodzené prvky..

Požiadavky na obohacujúce prvky trate



Požiadavky na prvky

- 1) Trať by mala obsahovať rozmanité prvky budovania FCT. Minimálne každých 30 m by mal byť na trati umiestnený niektorý z prvkov.
- 2) 100% trate vrátane musí byť zvládnuteľné osobou so základnými zručnosťami jazdy na horskom bicykli. Všetky prvky, po ktorých jazdec musí prejsť, musia byť prejazdné, predvídateľné a stabilné
- 3) Prvky sú navrhnuté a postavené tak, aby boli progresívne, t.j. aby boli výzvou na rozvoj technickej zručnosti jazdca a poskytovali mu za jeho technický rozvoj odpovedajúcu protihodnotu.
- 4) Prvky pokročilého charakteru je možné umiestňovať do voliteľnej línie trate pokiaľ nemajú byť súčasťou línie hlavnej.
- 5) Pri stavbe prvkov sú uprednostnené materiály z lokálnych zdrojov. Prijateľný je aj dovoz materiálu pre úpravu topografie krajiny.
- 6) Prvky by mali byť dobre zafixované v teréne, aby sa predišlo skracovaniu trate a aby sa zachovala celistvosť trate a okolitej krajiny.
- 7) Všeobecne platné parametre prvkov:
 - a) Konkávne klopenky: výška do 1 m.
 - b) Dropy: vždy prejazdné aj bez skoku, maximálny výškový rozdiel 0.5 metra.

c) Skoky: vždy prejazdné aj bez skoku, nájazdy charakteru kickoff nie sú povolené, miesta odrazu a dopadu majú mať menší ohol ako 45 stupňov a ich maximálna výška je 1.0 meter.

Sklony tratí



- 1) Trať musí byť klesajúca a celkový výškový rozdiel by mal byť spoň o 30 metrov. Maximálny výškový rozdiel nie je definovaný.
- 2) Stúpania by nemali tvoriť viac ako 10% dĺžky trate.
- 3) Celkový sklon trate by mal byť v rozsahu 5% - 10% pričom je klesajúceho charakteru.
- 4) Maximálny sklon trvalo udržateľnej trate nesmie presiahnuť 20%.

Špecifikácie povrchov trate



1) Šírka trate by mala byť 1 až 2 metre, môže sa však meniť vzhľadom na terén, expozíciu, využitie, použité prvky, atď.

2) Povrch by mal byť vo všeobecnosti hladký a konzistentný.

3) Možným nežiadúcim sezónnym vplyvom na povrch trate sa dá predísť dobrým návrhom trate ako aj dobrou výstavbou.

4) Povrch trate by mal byť prevažne z hliny a kameňa.

5) Povolené sú aj iné materiály pokiaľ je potrebné dosiahnuť vyššiu udržateľnosť, alebo zvýšiť zážitok jazdca, nemali by však tvoriť viac ako 10% dĺžky trate.

Trvanlivosť – trvalá udržateľnosť



Trat' musí byť navrhnutá tak, aby minimálne vplývala na okolité prostredie. Pre redukovanie erózie je potrebné použiť odpovedajúce návody na stavbu trvalo udržateľných tratí.

Voľne preložené z webu imba, návrhy na vhodnejšie slovenské termíny posielajte na mtbikerhh@gmail.com