

# Under Dreamskies



[NASIONNA](#)
[VJESTI](#)
[PUTOVANJA](#)
[OUTDOOR](#)
[ODABERILET](#)
[ZENJUNA](#)
[GASTRO](#)
[OMAMA](#)

Pretraga



## Skijaško trčanje za početnike: Sve što trebaš znati o ovom atraktivnom zimskom sportu

Vrijeme je! Među Dreamskies-ovim 8. februaru 2025. je AKTIVNOSTI OUTDOOR

[Trend](#)
[Share](#)
[Like](#)
[Share](#)

Skijaško trčanje (ili nordijsko skijaње, langlauf, cross-country skiing, XC skiing – bogini su nazivi za ovaj kondicijski zimski sport koji serenažljivo, ali sigurno podiće osjećaji i hrabrine outdoor entuzijasta. Skijaško trčanje se ubraja u jedan od najčešćih zimskih sportova – aktivira cijelo tijelo, jača izdržljivost i pritom ne opterećuje zglobove. Za razliku od zasnog skijanja i teškog brata, alpskog skijaња, skijaško trčanje ne zahtijeva skupu opremu (ni prilikom kupnje ni prilikom iznajmljivanja), niti ti potrebna svi pass, duge čekanje na žičani, a za početak možeš odabrati posebne snježne staze koje prolaze kroz najljepim područjima šume.

Skijaško trčanje u Hrvatskoj još uvijek relativno nepoznatu znanost aktivnosti, no s odgovarajućom opremanom i odgovarajućim nastava, kao i s odgovarajućom stazu, predložio na području Gorski kotar, skijaško trčanje postaje privlačni posrednik sve većeg broja posjetilaca. Osimko sam po prvi put isprobala skijaško trčanje u Sloveniji na **Podluti** i nastaviću se odabrati ovom sportom koji je u isto vrijeme čisto uživanje na svježem zimskom zraku, ali isto tako aktivna i jako isplati investicija u odličan kondicijski sport.

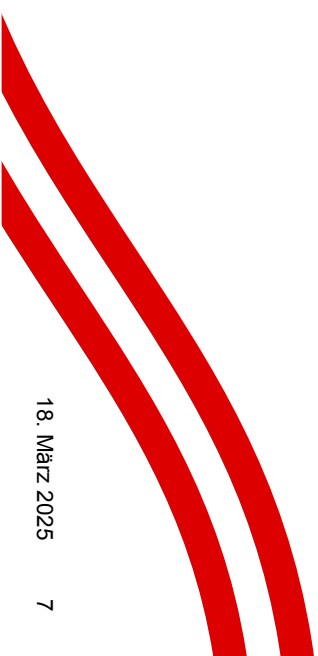


© 2022 Slovenija skija

Bila sam te sreće da sam uspjela snajz prilikom odabira snaz skijaškog trčanja u **Villachu**. **Alpsko trčanje** nije su uravnoteženo kao su ovaj sport čove na svjetlo. Mnogo podizanje koljena i na izdržljivost i hrabrine skijaškog trčanja **Katharina Mälzer** koji je odabira od ovog sport.



Online-Artikel Langlaufen: <https://underdreamskies.com/2025/02/08/skijaško-trčanje-za-početnike-sve-što-trebas-znati-o-ovom-atraktivnom-zimskom-sportu/>



18. März 2025

7