Freestyle – Footbag: Furious Butterfly

Ce trick est particulièrement difficile et exige au moins deux ans d'entraînement avant d'y arriver. Ça s'appelle un furious butterfly.

Commencer avec un **clipper**, puis:

- Frapper la balle et faire deux fois le tour du footbag avec la jambe.
- Rattraper de l'autre côté.
- Idem de l'autre côté.

Source: **Gorilla**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO