Freestylesport – Bike: Level 2 – Kurve/Steilwand

Steilwandkurven kommen in jedem Bikepark, auf den Pumptracks und in jedem Flowtrail vor. Wie man diese fährt, zeigt die folgende Übung.

Weil die Kurven eine Steilwand haben, können sie schneller gefahren werden. Dabei fährt man stehend mit waagrechten Pedalen auf die Kurve zu. Die Ellbogen und Knie sind leicht gebeugt.

Darauf achten, auf der der Kurven-Aussenlinie aufzufahren, damit genügend Platz für Korrekturen bleibt. Mit dem Blick der Linie folgen, die gefahren werden soll. Fährt man die Kurve tief an, kommt man hoch raus. Hoch einfahren, heisst tief rausfahren.

Sobald die Kurve beginnt, wird das Gewicht gegen das Kurveninnere verlagert und auf den Ausgang der Kurve geblickt. Das Bike folgt dem Körper und dem Blick.

Darauf achten, keine zu hohe oder zu tiefe Linie zu fahren. Linie fertigfahren, auch wenn das Ende der Kurve naht. Nicht zu stark korrigieren, ansonsten kommt man ins Rutschen.

Quelle: Gorilla

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO