

## Freestyle – Freeski: Halfpipe – Push

Un «push» aide à accélérer le tempo dans le halfpipe. Les explications dans cette vidéo.

Réalisant la poussée en faisant une extension dans la transition. Quand on sait bien le faire, il y aura une plus grande pression et la transition ira encore plus haut.

Ici aussi il faut être bien centré sur son ski et faire attention d'avoir les bras légèrement vers l'avant.

---

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**