

Sport freestyle – Streetskate: Pop shove it

Il pop shove it è costituito da un ollie e da uno shove it, il che significa che per eseguire questo trick occorre sollevare la tavola in aria con una rotazione di 180° librandosi sopra di essa senza farla girare su se stessa.

Le sette tappe

Per riuscire a eseguire un pop shove it occorre procedere a tappe, sette per la precisione:

1. Assumere la stessa posizione dei piedi dell'ollie.
2. Piegarsi sulle ginocchia e darsi lo slancio con le braccia.
3. Con il piede posteriore, spingere il tail verso il basso e saltare in alto.
4. Con il piede anteriore, portare la tavola verso l'alto e infonderle una leggera spinta verso l'interno con il piede posteriore.
5. Aspettare sino a che la tavola abbia ruotato completamente su sé stessa almeno una volta.
6. Terminare la rotazione, riprendendo la tavola con i piedi.
7. E, infine, piegarsi sulle ginocchia per ammortizzare l'atterraggio.

Osservazione: per infondere alla tavola lo slancio necessario per farle eseguire una mezza rotazione, occorre dare una spinta sufficiente all'indietro con il piede.

Fonte: Gorilla



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO