

Sport freestyle – Bike: Level 3 – Drops

I drops sono come le partenze delle discese. Per ottenere un buon move bisogna eseguire un movimento deciso al momento giusto.

Innanzitutto si consiglia di ispezionare un drop, perché durante la discesa non il punto d'atterraggio non è visibile.

Sul drop bisogna pedalare in piedi e non appena la ruota anteriore supera l'angolo del drop il peso va portato verso la parte posteriore e il manubrio spinto in avanti parallelamente al pendio.

L'atterraggio lo si ammortizza con le braccia e le gambe. Siccome gli atterraggi sono spesso ripidi, subito dopo l'atterraggio bisogna essere in grado di frenare per regolare la velocità.

Fonte: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO