mobilesport.ch

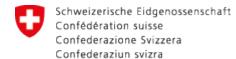
Sport freestyle - Footbag: Ducking clipper

Questo trick presuppone un buona capacità di lancio. Partendo da un <u>clipper</u> il giocatore deve far passare la testa sotto la pallina.

Iniziando da un <u>clipper</u>, si lancia il bag nel modo più diritto possibile fino a raggiungere pressappoco l'altezza della testa. Quando il bag arriva al punto più alto passarci sotto con la testa e riprendere la pallina sull'altro lato del corpo con un **clipper**.

Osservazione: per rendere il tutto più semplice, quando il footbag ha superato la testa, eseguire un piccolo salto sulla gamba d'appoggio. In questo modo sarà più facile riprendere la pallina.

Fonte: Gorilla



Ufficio federale dello sport UFSPO