

Sport freestyle – Footbag: Ducking clipper

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

Iniziando da un clipper, 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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO