

Freestyle – Freeski: Halfpipe – Basics

Dans cette vidéo, le skieur apprivoise progressivement les différentes caractéristiques du halfpipe.

Au début, faire des courbes faciles dans le pipe pour sentir la sensation de la ligne, du tempo et de la transition. Plus les courbes seront grandes, plus vite on ira, et vice versa. Essayer de trouver la transition et de faire un T à l'envers. Faire attention à amener les bras un peu vers l'avant afin de ne pas perdre en élan.

Pour commencer, rider avec un angle de 90° au début du pipe. Essayer déjà de ne pas perdre le contact en faisant une flexion/extension. Dès qu'on se sent bien, accélérer le tempo, réduire l'angle et rider en contrebas, sur le coping. A la fin, rider parallèlement au coping.

Remarque: Plus vite on démarre, plus la flexion/extension sera impulsive, afin de perdre le moins longtemps possible le contact avec la neige.

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO