

Freestyle: Auf die Miniramp mit Inline und Skateboard

Unsere Serie «Freestyle» geht in die zweite Runde. Diesmal mit Übungsreihen für Skateboard und Inline auf der Miniramp.

Mit dem Training von Rollsportarten im Freestylebereich, kann die Off-Snow-Trainingszeit genutzt werden, was einerseits dem Techniktraining für Ski und Snowboard zu Gute kommt. Andererseits nützen diese Übungen für die Rollsport-Geräte an sich. In diesem Fall Inline-Skates und Snowboard auf der Miniramp.



Zu den Übungen

→ [Skateboard Miniramp](#)

→ [Inline: Miniramp](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO