

# Freestyle – Breakdance: Huck

Avec cet exercice, les élèves apprennent à réaliser une entrée propre. Son nom: le huck.

Position de départ: pieds parallèles.

Avec le pied droit, effectuer un kick en avant, puis déplacer le pied vers l'arrière et plier la jambe d'appui. Placer le pied droit à l'arrière du genou gauche. Se laisser tomber en avant sur le pied droit et prendre appui sur les mains. Pour remonter, pivoter sur soi-même comme un tournevis

---

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**