Sport freestyle – Slalom e longboard: Movimenti

Su uno skate da slalom è molto importante imparare i movimenti corretti, in particolare il modo di bilanciare le braccia e girare il torso.

Nello skate slalom, l'equilibrio e la velocità sono degli ingredienti indispensabili. Concretamente ciò significa che il corpo deve essere inclinato verso il centro della curva, il bilanciamento delle braccia e la rotazione del torso conferiscono l'accelerazione voluta.

Più una curva viene presa larga, più ampio sarà il movimento di bilanciamento e di rotazione. Più una curva viene presa stretta, invece, più si ridurrà il movimento di bilanciamento e di rotazione.

Fonte: Gorilla

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO