

Freestylesport – Freeski: Berg – Halfpipe: Basics

Dieser Videoclip zeigt die ersten Versuche in der Halfpipe. Es ist wichtig, dass die SuS ein Gefühl für alle Elemente der Pipe entwickeln.

Am Anfang einfache Kurven in der Pipe fahren, um ein Gefühl für die Linie, das Tempo und die Transition zu bekommen. Je grösser die Kurven sind, desto schneller wird man – und umgekehrt. Die SuS ersuchen, mit der Transition mitzugehen und wie ein umgekehrtes T zu stehen.

Darauf achten, dass die Arme tendenziell nach vorne zeigen, um nicht in Rücklage zu geraten. Zu Beginn in einem 90-Grad Winkel am Rand der Pipe hineinfahren. Der Schneekontakt wird mit einer Beugstreckbewegung gewährleistet.

Sobald sich die SuS sicherer fühlen, kann das Tempo gesteigert, der Winkel verkleinert und am Coping weiter nach vorne gefahren werden. Dieses wird zum Schluss parallel angefahren.

Bemerkung: Je schneller man anfährt, umso impulsiver wird die Beugstreckbewegung, um den Schneekontakt nur so kurz wie möglich zu verlieren.

Quelle: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO