

Skateboard – Street (Rail): Backside Boardslide

Die Athleten lernen mit dem Backside Boardslide die einfachste Möglichkeit, um über ein Rail zu sliden. Er ist eine der Kernformen beim Streetskaten

Auch für diesen Trick ist ein guter Ollie die Voraussetzung zum Gelingen. Das Brett sollte beim Ollie um 90 Grad hin zum Rail gedreht werden. Auf dem Rail muss der Skater das Gewicht eher nach vorne verlagern, damit er nicht nach hinten wegrutscht. Blick ans Ende des Rails. Am Ende des Rails kann das Brett mit dem vorderen Fuss wieder in Fahrtrichtung gedrückt werden.



Backside Boardslide

Variationen

- Frontside Boardslide ([Video](#))
- Switch Backside und Frontside Boardslide: gleicher Trick jedoch Switch angefahren.
- Boardslide to fakie: Nach einem Backside oder Frontside Boardslide weiterdrehen, rückwärts landen und weiterfahren.
- Mit einer 270 Grad Drehung auf das Rail springen bzw. in den Boardslide hineinspringen.



Frontside boardslide

Bemerkung: Es sollte mit dem Backside Boardslide begonnen werden, da er wesentlich einfacher ist als der Frontside Boardslide.

Glossar: [Von «270 on/out» bis «Vert»](#) (pdf)

Es gibt eine Vielzahl von unterschiedlichen Arten wie ein Rail gebaut und vor allem wie es platziert werden kann: hohe oder tiefe, lange oder kurze Rails, Flat, Down oder Up Rails, Kinked Rails, Double Kinked Rails, A-Frame Rails und vieles mehr. Die Stange bzw. das Geländer ist entweder rund oder eckig und kann dünner oder dicker sein. Dazu kommt der Faktor Geschwindigkeit. Mit dem richtigen Tempo ist es einfacher das Gleichgewicht zu halten.

Um eine Übung zu erleichtern, sollten Slides und Grindes zu Beginn an einem tiefen, kurzen und horizontalen Rail mit einer eher dicken Stange geübt werden. Dabei kann auch nur an einem Ende eines Rails geübt werden, um es entsprechend kürzer zu machen. Höhere, längere und schwierigere Rails wie z.B.

Down (steiles Rail) oder Kinked Rails (Rail mit Knick) eignen sich vor allem, um eine Übung zu erschweren.

Quelle: Ivo Bissegger, Alex Hüsler



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO