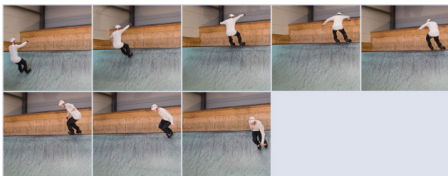


Inline-Skating – Miniramp: Frontside Royal to normal (Grind)

Der Frontside Royal to normal ist ein Basic Grind. Die Grinds enthalten im Unterschied zu den Stalls eine horizontale Bewegung auf dem Coping.

Beim Frontside 50-50 to normal fährt der Athlet das Coping vorwärts leicht von der Seite an, springt dann auf das Coping und grindet in eine Richtung. Gegen Ende des Grindes zieht er die hintere Schulter richtung Miniramp-Innenseite. So hat er mit dem Oberkörper leicht vorgedreht. Springt er jetzt ab, kann er mit dem Unterkörper lediglich mitdrehen und normal in die Rampe springen. Während des ganzen Tricks wird also nur eine 180 Grad-Drehung zurückgelegt.



Variationen

- Frontside 50/50 to Fakie ([Video](#))
- Auflösen des Grinds mit verschiedenen Drehungen.
- 360 Frontside Royal to Fakie ([Video](#) et [Reihenbild](#))

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

Das Fahren in einer Miniramp ist zu Beginn oft einfacher, wenn die Achsen nicht zu weich eingestellt sind. Härter eingestellte Achsen machen das Skateboard stabiler und verzeihen mehr Fehler. Beim Lernen neuer Tricks empfiehlt sich eine kleine und eher flache Miniramp, da sie einfacher zu fahren ist als eine grosse und steile Rampe. Meist genügen sogenannte Baby- oder Micro-Miniramps, die ca. einen Meter hoch sind und über eine lange und flache Transition verfügen, um eine Übung einfacher zu machen. Miniramps mit einer Höhe von 1,5 Meter Höhe sind am häufigsten in Skateparks anzutreffen. Höhere Rampen mit steileren Walls machen die Übungen schwieriger. Viele Tricks können zuerst in der Wall gemacht werden, bevor der Trick am Coping oder sogar darüber hinaus gemacht wird.

Quelle: Ivo Bissegger, Alex Hüsler



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO