

Freestylesport – Footbag: Whirl

Die Ausgangsposition beim Whirl ist die gleiche wie beim Clipper. Daraus wird der Ball auf Beckenhöhe geworfen und das entgegengesetzte Bein einbezogen.

Die Ausgangslage bei diesem Trick ist dieselbe wie beim [Clipper](#), danach

- den Bag etwa hüfthoch aufwerfen,
- dann mit dem anderen Bein den Ball an der Seite des Körpers umkreisen,
- auf dem Höhepunkt (oberhalb des Bags) sich fallen lassen, einen kleinen Hüpfen machen,
- auf dem Bein landen, das die Umkreisung ausgeführt hatte.

Quelle: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO