

# Freestylesport – Freeski: Halle – Foampit

Sobald die Grundlagen auf dem Trampolin erarbeitet wurden, können die SuS ins Foampit springen. Wichtig sind saubere Rotationen.

Die Tricks, die auf dem Trampolin gelernt wurden, werden nun mit der Vorwärtsbewegung kombiniert. Auch hier wichtig: saubere Rotationen (Spins) ausführen. Die Orientierung und die Kontrolle in der Luft sind wichtig für die Umsetzung auf dem Schnee.

---

Quelle: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**