

# Sport freestyle – Freeski: Palestra – Foampit

Quando le conoscenze di base sono acquisite, gli allievi possono saltare nel foampit. **Ma attenzione: le rotazioni devono essere eseguite con fluidità.**

Gli allievi provano a combinare i trick che hanno imparato con un movimento in avanti. Anche in questo caso occorre effettuare delle belle rotazioni. L'orientamento e il controllo in aria sono aspetti fondamentali per la messa in pratica sulla neve.

---

Fonte: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Ufficio federale dello sport UFSPO**