Freestylesport – Streetskate: Kickflip

Der Kickflip – einer der beliebtesten Skater-Tricks – scheint zu Beginn ein sehr schwieriger Trick. Diese Übung zeigt ihn Schritt-für-Schritt auf.

Fussstellung wie beim **Ollie**, aber die Zehen des vorderen Fusses näher an der Brettmitte positionieren. In die Knie gehen und mit den Armen Schwung holen. Dann:

- Mit dem hinteren Fuss das Tail nach unten drücken und abspringen.
- Das Brett mit dem Vorderfuss nach oben ziehen und die Fusskante über die Seite nach aussen ziehen
- Warten, bis sich das Brett einmal ganz gedreht hat.
- Die Drehung beenden, indem das Brett mit den Füssen abgefangen wird.
- Am Schluss in die Knie gehen, um die Landung abzufedern.

Bemerkungen:

- Wird der Fuss zu wenig stark nach aussen gezogen, bekommt das Brett nicht genügend Schwung für eine ganze Drehung.
- Darauf achten, dass dem Brett mit dem vorderen Fuss ein starker Kick nach aussen gegeben wird, damit es sich Dreihundertsechzig-Grad dreht.

Quelle: **Gorilla**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO