

Freestylesport – Slalom- und Longboard: Tight Slalom

Rhythmus, Schnelligkeit und Präzision sind beim Tight Slalom die Erfolgsfaktoren. In diesem Training werden diese Fertigkeiten erarbeitet.

Je enger die Cones platziert sind, desto schneller musst du mit dem Oberkörper arbeiten. Jede Kurve wird durch den Oberkörper ausgelöst und nicht durch die Füße.

Der Blick ist nach vorne zu den nächsten Cones gerichtet. Je näher und präziser man um die Cones fährt, desto schneller erreicht man das Ziel.

Quelle: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO