

Freestyle – Freeski: Salle – Foampit

Lorsque les connaissances de base sont acquises, les élèves peuvent sauter dans le foampit.
Important: les rotations doivent être propres.

Les élèves combinent les tricks appris sur le trampoline avec un mouvement vers l'avant. Les rotations doivent être propres, l'orientation et le contrôle sont importants pour l'application sur la neige.

Source: [Gorilla](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO