

Waveboard: Rutschpartie

Die Schüler lernen in dieser Übung mit dem Board in verschiedenen Höhen zu «sliden» – zuerst auf einer Linie, dann auf einer Bordsteinkante und schliesslich auf einer Treppenstufe.



Parallel zu einer untersten Treppenstufe anfahren. Das vordere Rad auf die Treppenstufe anheben («Wheelie»). Druck auf Zehen geben und so auf der Treppenstufe entlang «sliden». Wenn das Tempo zu gering wird, das Board von der Treppenstufe abheben und in Fahrtrichtung drehen.

Variation

einfacher

Zuerst auf einer Linie üben, später auf einer Bordsteinkante.

Quelle: mobilepraxis 41/2008, Marc Kobel, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO