

Waveboard: «Wheelie»

Nur durch eine gute Gewichtsverlagerung kann die «Wheelie»-Technik erfolgreich ausgeführt werden. Die Übung kann auch nur auf dem Hinterrad durchgeführt werden.



Den vorderen Fuss möglichst weit vorne auf dem Brett aufsetzen. In der Fahrt das Gewicht auf den vorderen Fuss verlagern und so die hintere Rolle des Boardes anheben. Die Knie beugen und mit den Armen das Gleichgewicht halten.

Variation

schwieriger

«Wheelie» auf den hinteren Rad.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO