

Waveboard: Il balzo

In questo esercizio gli alunni imparano a raggiungere l'equilibrio e a mantenerlo. Utilizzare il waveboard in modo ludico aiuta a diventare più coraggiosi.



Posizionare il waveboard al suolo. Le piattaforme sono rivolte verso lo skater, il quale spicca un salto salendo con entrambi i piedi sulla tavola.

Variante

più difficile

Spiccare un salto da una tavola all'altra. Importante: posizionare correttamente la seconda tavola.

Fonte: Insetto pratico «mobile» 41/2008, Marc Kobel, Ralph Hunziker



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO