

Waveboard: Menschenslalom

Diese Übung wird im Team durchgeführt. Dabei lernen die Schüler schnell und rhythmisch die Fahrtrichtung zu ändern und wenn nötig sofort abzubremesen.



Sechsergruppen bilden. Die Fahrerinnen stehen im Abstand von zwei bis drei Metern als Slalomstangen in einer Reihe. Die Hinterste umkurvt alle im Slalom, bremst zu vorderst und reiht sich als nächste Slalomstange ein.

Variation

schwieriger

Die ganze Gruppe fährt. Die hinterste FahrerIn beschleunigt und kurvt im Slalom um die Vorderen bis sie die Spitze der Gruppe übernimmt.

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO