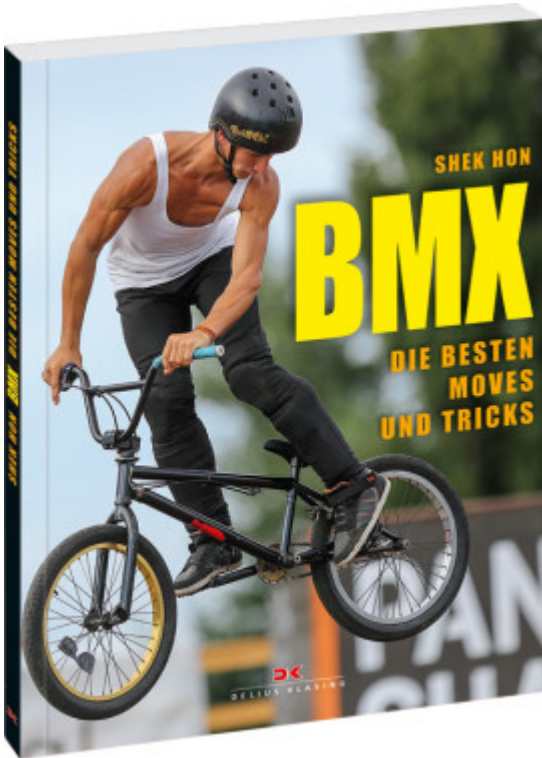


## Buchtipp: BMX – die besten Moves und Tricks

Autor Shek Hon, Flatland-BMX-Spezialist, hat in diesem Buch ein einfaches und logisches Konzept entwickelt, um auch aus noch ungeübten Lesern gute BMX-Fahrer zu machen.



Schritt für Schritt, illustriert mit vielen Bildsequenzen, werden die grundlegenden Tricks und Techniken des Flatland-Fahrens erläutert. Neulinge lernen so sicher und einfach die Basics, die sie für schwierige Tricks benötigen.

Aber auch routinierte Fahrer finden noch Anregungen, denn das Buch erklärt auch einige der anspruchsvollsten Tricks aus der Profi-Szene.

Neben der Praxis erläutert Hon die Geschichte des Sports, gibt Tipps zum Bike-Kauf, erklärt Technik und Ausrüstung und übersetzt das Fachvokabular in einfache und verständliche Worte.

*Simone Lauber, Leiterin Mediathek, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen*

**Buch ausleihen:** Hon, Shek (2016): [BMX. Die besten Moves und Tricks](#). Bielefeld: Delius Klasing Verlag

---

Quelle: [Delius Klasing Verlag](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**