

# Inline Kids – Kurven: Übersetzen

Mit Übersetzen lassen sich im Inline-Skaten effizient Kurven fahren. Diese anspruchsvolle Technik will jedoch geübt sein.

## Übersetzen – Kreis (M/F)

- Gehen und übersetzen in kleinem Kreis im Gras (weiche Unterlage). Die Füße immer in Kurvenrichtung.
- Gehen/Übersetzen in kleinem Kreis. Aus dem Stand langsam zum Rollen kommen (Füße in Kurvenrichtung).
- Im Kreis fahren. Im Fahren vom grossen zum mittleren, zum kleinen Kreis (Spirale gegen innen fahren) mit automatischem Übersetzen.

**Material:** Hütchen

---

## Übersetzen – Linien (F)

Im Stand in Gras (weiche Unterlage), seitwärts übersetzen mit Gewichtsverlagerung. Das Gleiche auf hartem Unterlagsboden (Teer).

### Bemerkungen

- Tief in den Knien positionieren
  - Schultern immer parallel halten
  - Füße schauen nach vorne
  - Auf Hüftverschiebung hinweisen
- 

## Propeller (F)

Zu zweit. Beide Kinder halten sich an einem Seilende fest. Kind B fährt im Kreis um A herum, A dreht mit. B beginnt zu übersetzen.

### Bemerkungen

- Seil ist immer gespannt
- Tempo ist immer unter Kontrolle

**Material:** Seil

---

Quelle: [Gabi Schibler, Motionline GmbH](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**