

Inline Kids – Tricks: Rampe

Die Skatepark-Sprünge über eine Mini-Rampe sehen spektakulär aus und machen grossen Spass. Die Skatepark-Kunststücke wollen aber gut eingeführt, gesichert und trainiert werden.

Mini-Skatepark (M/F)

- Über Rampe fahren
- Über Schaukel fahren

Variationen

- Rampe und Schaukel rückwärtsfahren
- Treppen runterfahren
- Rails fahren

Bemerkungen

- Helfen: immer von vorne. Hand geben und an Oberarm stützen.
- Immer in Knien fahren, Hände nach vorne

Material: Rampe, Schaukel, Rails, Treppen

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



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO