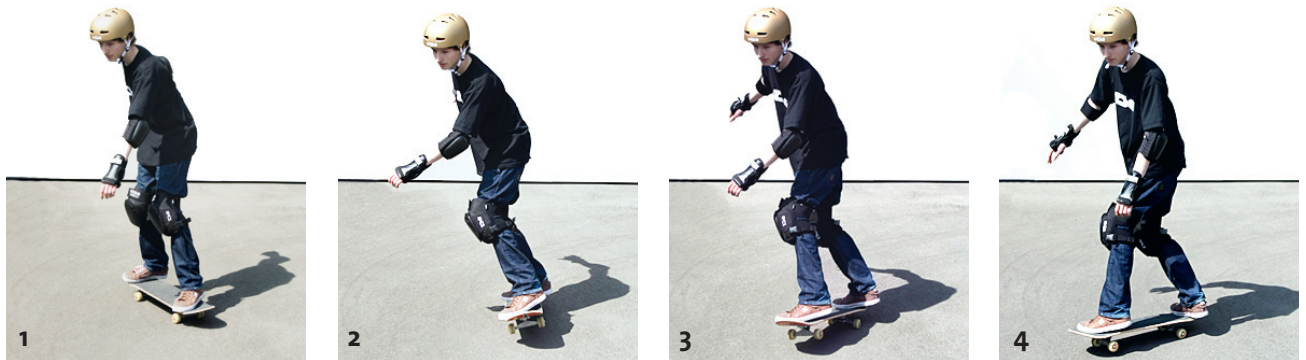


## Skateboard – «Kick turn»



■ En principe, une courbe peut être réalisée en procédant à un léger transfert du poids (voir encadré ci-dessous). Le «kick turn» est une forme plus dynamique qui permet de rapides changements de direction: le pied arrière est placé sur la «tail» (queue: partie derrière l'axe postérieure de la planche) (photo 1).

■ Une légère pression est exercée sur la queue (transfert du poids sur la jambe arrière) de sorte que le «nose» (tête: partie antérieure de la planche) se soulève du sol. Un mouvement de rotation des hanches et du haut du corps est effectué pour déplacer la planche d'un côté ou de l'autre (2 et 3).

■ Le poids du corps est finalement déplacé sur le pied avant pour que les roues antérieures touchent à nouveau le sol (4). **Remarque:** la répétition de «kick turns» à gauche et à droite permet d'accélérer sans avoir à pousser (technique «tic-tac»).

### *D'un pied à l'autre*

► Jouer avec son propre poids est la manière la plus simple pour réaliser de beaux et longs virages. Basculer le poids du corps sur les orteils a pour effet d'imprimer une courbe «frontside»; le transfert du poids sur les talons est synonyme de courbe «backside».

### *Pour la petite histoire*

► Il y a plus de 50 ans, aux Etats-Unis, des surfeurs ont eu l'idée d'ajouter des roues à leur planche pour pallier les journées sans vague. Sans le savoir, ces pionniers lançaient une nouvelle mode, le «sidewalk surfing» (surf des trottoirs). Dans les années 70, la planche à roulettes a subi sa première grande mue: les propriétés d'adhérence et de roulement ont été améliorées, une «tail» courbée vers le haut a été ajoutée. Enfin, les planches ont été élargies et rendues plus maniables. Toutes ces innovations ont permis l'apparition de nouveaux «tricks» (figures), comme l'«ollie» en 1978. C'est également à cette période que le skate dans des piscines vides avec un fond en pente est devenu populaire (ancêtres des actuels half-pipe). Depuis, les skateparks indoor et outdoor ont fleuri aux quatre coins du monde.