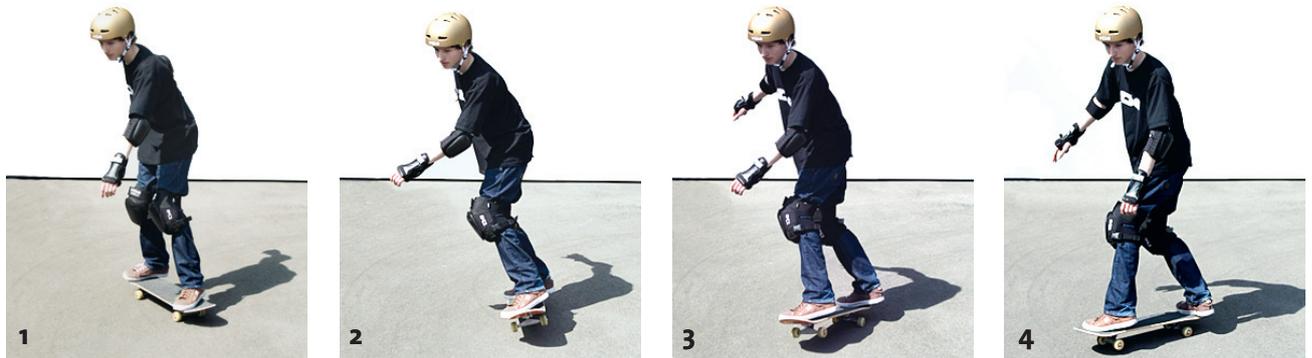


## Skateboard – «Kick turn»



■ Una possibilità per curvare con la tavola consiste nell'inclinare lateralmente il corpo. Questo accade ad esempio nel «kick-turn», che è una forma dinamica in cui i cambiamenti di direzione vengono effettuati velocemente.

■ Appoggiare il «piede di spinta» sulla coda (tail) della tavola (foto 1) ed esercitare una leggera pressione spostando il peso

sulla gamba «posteriore». In questo modo viene alleggerita la punta dello skate ed è possibile staccare le rotelle anteriori dal suolo. Compiere successivamente dei movimenti rotatori con il tronco e con le anche (2 e 3) per girare lateralmente la tavola.

■ Infine spostare il peso sul «piede d'appoggio» per posizionare di nuovo le rotelle anteriori al suolo (4).

**Osservazione:** per effettuare subito degli altri «kick-turns» è preferibile rimanere sempre con entrambi i piedi sulla tavola («tic-tac-move»).

### *Gioco d'equilibrio*

► Un modo semplice e divertente per curvare ad ampio raggio consiste nell'inclinare il corpo in avanti e all'indietro. Per effettuare una curva «frontside» il peso è sorretto principalmente dalla punta dei piedi, se la pressione viene invece esercitata sui talloni la curva sarà «backside».

### *Un po' di storia*

► Una cinquantina di anni fa alcuni baldi giovani statunitensi amanti del surf su acqua decisero di applicare quattro piccole ruote sotto la loro tavola, lanciando così una nuova moda sulle strade: il «sidewalk surfing».

Grazie alle migliorie tecniche apportate ai primi prototipi, negli anni settanta furono costruiti i primi skateboard. La superficie della tavola fu rivestita di un materiale antisdrucchiolo grazie al quale fu possibile sperimentare alcuni tricks, prima fra tutti l'«ollie». Nel frattempo anche il modo abituale di cavalcare le onde venne rivisitato in una nuova forma consistente nel «surfare» su un'onda riprodotta artificialmente in piscina.

Per quanto riguarda invece lo skate, vennero create le prime halfpipe e successivamente gli skateparks indoor e outdoor.