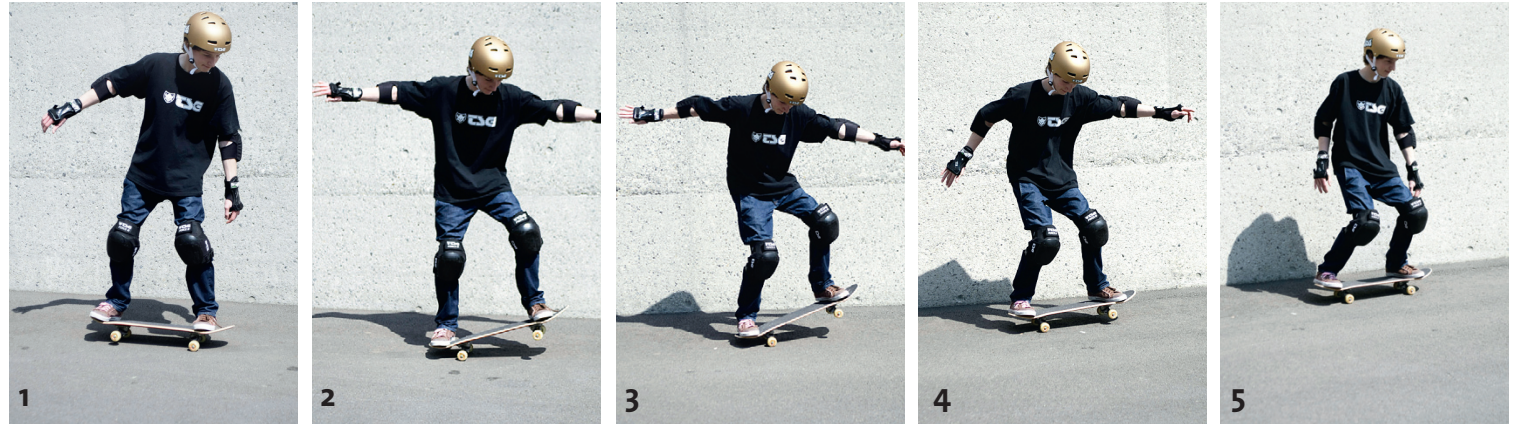


## Skateboard – «Wheelie»

► Das Fahren auf nur einer Achse ist ein Grundelement des Skateboardens. Der Wheelie gehört zu den ältesten Formen im Skaten. Heute wird er oft mit einem «Ollie» kombiniert: Sprung auf eine Erhöhung und Weiterfahrt auf nur einer Achse.

**Voraussetzung:** Basisfähigkeiten beherrschen (Grundposition, Gleichgewicht, Anfahren, «Kick Turn»).



- Losfahren und Grundposition mit gebeugten Knien einnehmen. Den hinteren Fuss auf das «Tail» platzieren (Foto 1).
- Das Gewicht auf den hinteren Fuss verlagern, so dass die «Nose» angehoben wird. Mit den Armen ausbalancieren (2).

- Während der Wheelie-Fahrt tief in den Knien bleiben, um genügend Spielraum zum Ausbalancieren zu haben (3).
- Das Gewicht auf den Führfuss nach vorne verlagern (4), bis die vorderen Rollen den Boden wieder berühren.

- Abfedern und weiterrollen (5). Dasselbe kann auch auf der Vorderachse ausgeführt werden (→ «Nosewheelie»).