

Skateboard – «Kickflip»

► Beim «Kickflip» dreht sich das Board in der Luft einmal um seine Längsachse. Oft flippt das Board so schnell, das man dies mit blossem Auge kaum erkennt. Der Bewegungsablauf des «Ollie» ist stets vollständig darin enthalten.

Voraussetzung: «Ollie».



- Anfahren mit dem Fühfuss nahe an der seitlichen Brett-kante (Foto 1).
- Bewegungsablauf wie beim Ollie, damit sich das Board auf-richtet (2).
- Nun folgt der wichtigste Punkt: Den vorderen Fuss entlang die Brett-kante nach vorne wegdrücken (die Drehung wird mit den äusseren Zehen des

- vorderen Fusses ausgelöst). Durch das Strecken des Fusses nach vorne dreht sich das Board (3+4).
- Die Füsse leicht anziehen, um über dem Board zu bleiben. Nun gilt es, das Board nach vollendeter Drehung mit den Füßen zu «catchen», evtl. mit Zuhilfenahme der Hände.

- Weich auf beiden Füßen gleichzeitig landen (5).