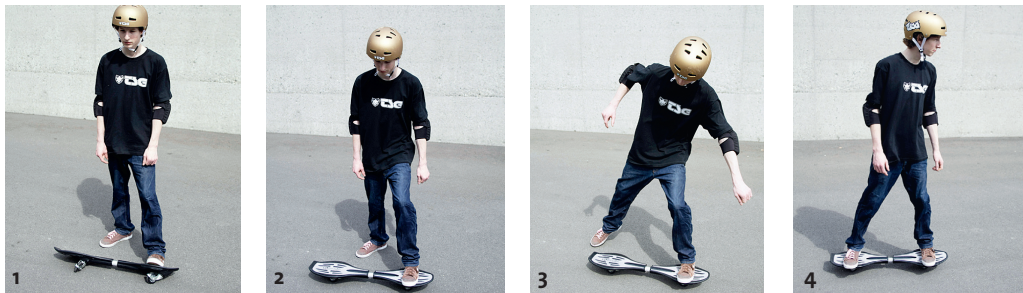


## Waveboard – Anfahren



■ Den vorderen Fuss senkrecht zur Fahrtrichtung und mittig auf die vordere Plattform des Waveboards setzen (Foto 1).  
Vorsicht: Snow- und Skateboarden setzen den Fuss häufig schräg zur Fahrtrichtung auf das Brett.

■ Anschliessend Druck auf die Zehe geben, so dass sich das Brett aufrichtet (2).  
■ Mit dem hinteren Bein in Fahrtrichtung abstossen (3).

■ Sobald das Board zu rollen beginnt, den hinteren Fuss in den Mitte der hinteren Plattform setzen (4), wie zuvor den vorderen Fuss. Blick nach vorne, Knie leicht beugen und Oberkörper aufrichten (Gewicht gleichmässig auf beiden Beinen).

### *Der eine führt, der andere fährt*

► Bei allen Übungen mit dem Waveboard eignet sich das «Buddy-system», um das Gleichgewicht besser halten und dadurch die Technik schneller erlernen zu können. Dabei hält der Partner beide Unterarme und läuft mit – insbesondere beim Anfahren eine gute Hilfe. Sobald genügend Schwung vorhanden ist und das Brett rollt, kann der Partner den vorderen Arm, später den hinteren Arm loslassen.

