

FAHREN

BASICS



PHASE 1

- Stehe mit deinem vorderen Fuß längs über den vorderen Schrauben.
- Dein hinterer Fuß steht daneben auf dem Boden.
- Blick und Brustkorb in Fahrtrichtung.



PHASE 2

- Lehne dich nach vorne.
- Hole mit deinem hinteren Fuß Schwung (= *Push*), indem du dich mit dem Fußballen nach hinten vom Boden abdrückst.
- Setze den hinteren Fuß in Höhe der hinteren Schrauben wieder auf das Board.
- Richte deine Schultern parallel zum Board aus.
- Drehe den vorderen Fuß parallel zu den Achsen, sodass du mit beiden Füßen quer zum Brett über den Achsen stehst (= Grundstellung).

PHASE 3

- Fahre in der Grundstellung weiter.
- Blick nach vorne gerichtet.



CHECK IT OUT!

QR-Code scannen und den Trick in Action sehen.

Tipp: Du kannst auch mehrere *Pushes* hintereinander machen, wenn du mehr Speed willst.