

GRABS IM FAHREN

FREESTYLE



PHASE 1

- Fahre mit mittlerer Geschwindigkeit an.
- Stehe in der Grundstellung
- Blicke auf die Nase.



PHASE 2

- Gehe in die Hocke.
- Greife (=Grab) mit deiner vorderen Hand die Nase, mit deiner hinteren das Tail – halte Sicherheitsabstand zu den Rollen!
- Halte deinen Körperschwerpunkt über dem Brett.
- Halte den *Grab* einige Sekunden.



PHASE 3

- Lass Nase und Tail los und richte deinen Körper wieder auf.
- Fahre gehillt weiter.



CHECK IT OUT!

QR-Code scannen und den Trick in Action sehen.

Tip: In der Bildreihe siehst du einen *Cannonball*. Es gibt noch etliche andere *Grabs* im Fahren, sei kreativ und check die Möglichkeiten aus.