STAND UP MAGAZIN

Ratgeber

Der Pivot Turn

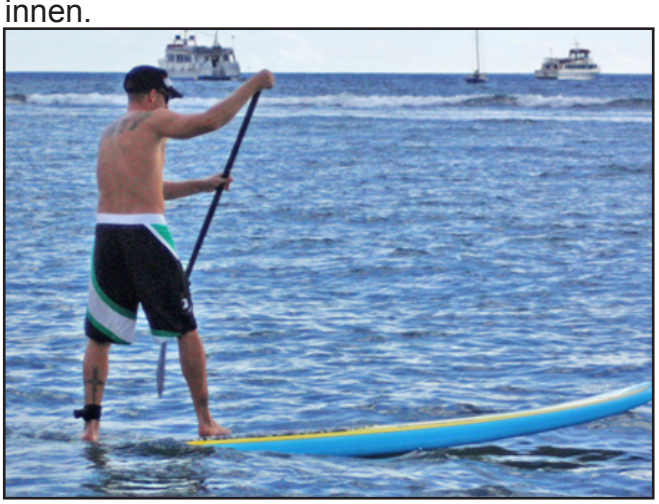
1. Stelle Deine Füße versetzt auf das Brett wie beim Surfen, Skateboarden oder Snowboarden (goofy oder regular).

2. Verlagere Dein Gewicht auf den hinteren Fuss, dies bringt den Drehpunkt (Pivot) des Brettes nach hinten.

3. Mach kurze aber kräftige Paddelschläge während Dein Gewicht immer noch auf dem hinteren Fuss ruht.

4. Je weiter hinten man auf dem Brett steht desto schneller lässt sich das Brett drehen. Die Paddelschläge erfolgen von aussen nach innen.

5. Zum Schluss der Wende, mache wieder kräftige, längere Paddelschläge dies hilft Dir auf den gewünschten Kurs zurück.



6. Wenn die Wende ausgeführt ist verlagerst Du das Körpergewicht auf den vorderen Fuss und ziehst gleichzeitig den hinteren Fuß nach.