

Skimboard

Lo skimboard è una combinazione tra lo skateboard e il surf che, come molti altri sport freestyle, offre innumerevoli applicazioni pratiche. Questa disciplina sportiva è nata sulla costa nord-occidentale americana e da lì si è diffusa in molte regioni costiere del mondo. Il flatland skimboard, una forma modificata, sta conquistando le regioni lontane dalla costa, poiché si pratica anche in assenza di onde. È sufficiente un sottile strato d'acqua, non importa se in una fontana, in riva al lago, in un fiume o in una vasca chiamata skimpool. Questa piscina da skimboard è l'ideale per cimentarsi in questa disciplina sportiva in modo facile e sicuro.



Caratteristiche dello skimboard

- Adatto a persone di ogni livello sportivo
- Approccio facile per principianti
- Progressi rapidi
- Divertimento immediato

Legame con altre discipline sportive

- Surf – posizione sulla tavola; scivolare sull'acqua
- Skateboard – tricks e salti; urbanità
- Snowboard – ostacoli mobili

Capacità di coordinazione necessaria e muscoli sollecitati

Come la maggior parte degli altri sport da tavola, lo skimboard è adatto per allenare una serie di abilità coordinative generali. Per una rincorsa perfettamente coordinata è necessaria una spiccata capacità di ritmizzazione. Per atterrare sullo skimboard in movimento è fondamentale un'abilità di differenziazione. È importante saper accoppiare i singoli schemi di movimento affinché la rincorsa, il lancio e l'atterraggio siano perfettamente coordinati. Per scivolare a lungo sullo skimboard serve un buon equilibrio e flessibilità. Nello skimboard vengono sollecitati i muscoli del tronco, dei glutei e delle gambe. I numerosi sprint, brevi ma intensi, favoriscono la velocità e l'accelerazione.

Video tutorial sullo skimboard

Inquadra il codice QR per accedere ai tutorial sullo skimboard. Ti spieghiamo passo dopo passo di cosa devi tenere conto per "surfare" di skimboard nella skimpool e ti forniamo consigli per effettuare una scivolata lunga ed elegante. Hai mai praticato lo skimboard prima d'ora? Con i nostri video tutorial per skimboarder ti aiutiamo a realizzare i tuoi primi tricks.



Copyright

UNIK Skimboard
c/o UNIK Playground AG
Zentweg 11
3006 Berna
www.unikskimboard.com
skimboard@unik-sports.com