

**TICINOFREERIDE.CH**

di Patric Käslin  
Stradon 59  
6653 Verscio

Tel: +4179 777 36 58  
Email: info@ticinofreeride.ch



---

## **TECNICA DI GUIDA – LA PRIMA DISCESA**

### **• L'INIZIO**

Cercati una parte pianeggiante, dove la pista è in buone condizioni (senza ghiaccio). Parti con lo Snowscoot e prova a fare la tua prima curva.

L'importante è di dimenticare che puoi fare una curva semplicemente girando il manubrio, in questo caso ti scodinzolerebbe solo la parte posteriore! Le curve vanno eseguite con lo spostamento di peso da un Kanten all'altro e già farai la tua prima curva. Nei prossimi tentativi noterai che dipende tutto dalla pressione che si mette sullo Snowscoot, ma niente paura, anche questo aspetto lo si impara in fretta!

Ti accorgerai anche ben presto, che un turn di 90° è la cosa più semplice che ci sia. Più precisamente: La tecnica di frenata non va quasi imparata, funzionerà sicuramente al primo tentativo. Girati e metti di traverso lo Snowscoot e metti tutto il peso possibile sul Kanten – vedrai che rimarrà subito fermo.

### **• LA CURVA – PASSO DOPO PASSO**

per esempio vs sinistra

- > Direzionare lo Snowscooter verso sinistra
- > Girare di poco il manubrio verso sinistra
- > Portare il peso un po' in avanti
- > Con i piedi puntare la coda verso destra
- > Dopodiché caricare il piede sinistro (piede all'interno della curva)
- > Riportare il peso in dietro e fare pressione sul backboard
- > Riportare il manubrio nella posizione desiderata – non eseguire un controsterzo!

Esercizio: Fai la tua curva come descritta qui sopra ma con un piede solo, quindi togli sempre il piede a valle, in questo modo impari più velocemente la questione del puntare con i piedi durante una curva.

### **• LA TECNICA DI GUIDA SBAGLIATA**

Spesso capita che i principianti iniziano con la tecnica di guida sbagliata: pensano di andare in mountainbike e tirano via sempre il piede interno alla curva!

Questo magari all'inizio vi dà sicurezza e si provano subito a fare delle evoluzioni. PERÒ: Questa è la tecnica di guida sbagliata, quindi non abituarti nemmeno con la tecnica da mountainbike!! Quando facciamo le curve andremo a caricare solo ed esclusivamente il piede interno alla curva. Solo in questo modo riuscite a dare abbastanza carica sul backboard ed evitare di scivolare via sul lato.

### **• TIPICI ERRORI DA PRINCIPIANTE**

Stai facendo una curva e prima che finisce senti il backboard che si mette a valle – la conseguenza è che tu vai in retro e dal panico ti lasci cadere nella neve. Ci sono due cause per questo tipo di errore: troppo poca pressione sul backboard, quindi caricato il piede sbagliato, oppure troppa pressione sul fronboard. Quando ti accorgi che una delle due tavole iniziano a scivolarti via dai Kanten, allora devi correggere il peso e lasciar scivolare via la tavola in parti uguali.