



Klik op de middelste foto om het filmpje te bekijken

MANUAL

BEGINNER

Rijden en balanceren enkel op je achterwiel zonder je pedalen te draaien.



PEG MANUAL

BEGINNER

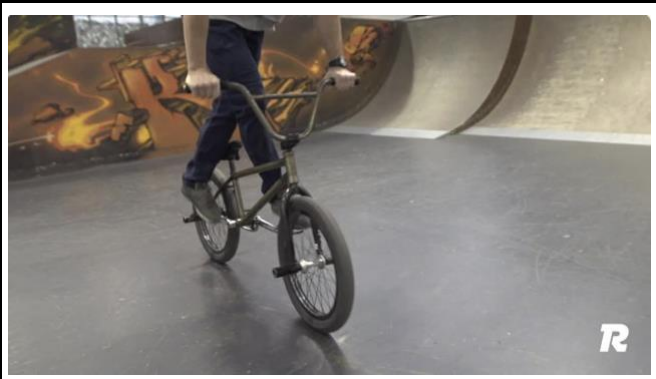
Rijden en balanceren op je achterwiel met 1 voet op de PEG en de andere voet swing je om je evenwicht te houden.



CROSSFOOT

BEGINNER

Rijden met je benen gekruisd. Je linker voet op de rechterpedaal en omgekeerd.



X-Ride

BEGINNER

Rijden met je handvaten 180° gedraaid en je armen gekruisd.



HOP

BEGINNER

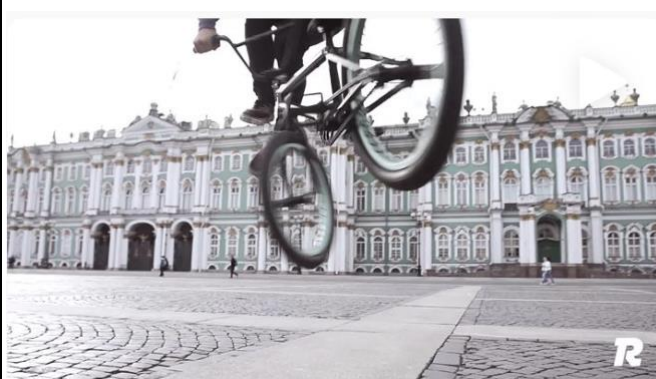
Een sprongetje met je beide wielen op dezelfde moment.



BUNNNY HOP

BEGINNER

Een sprong waarbij je eerst je voorwiel heft, dan je achterwiel en landen op beide wielen samen.





Klik op de middelste foto om het filmpje te bekijken

180 HOP

BEGINNER

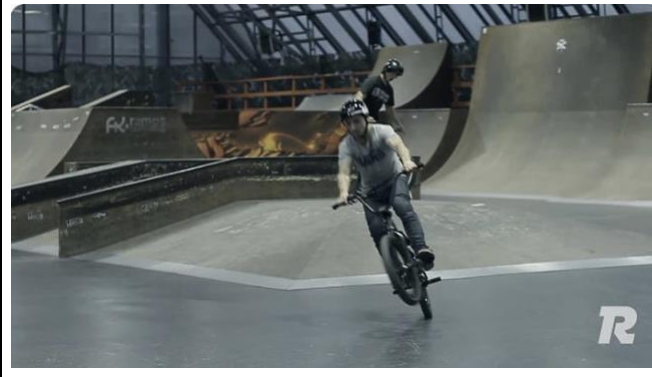
Een sprong met je beide wielen tegelijk gevolgd door een 180° draai..



SIDE HOP

BEGINNER

Een zijwaartse sprong wat later handig kan zijn om van een trap of op een grindbar te springen..



FAKIE

BEGINNER

Rijden met je rug naar voor gericht



FAKIE OUT

BEGINNER

Terugdraaien na de Fakie waarbij je terug in normale positie komt.



BUNNY HOP 180

BEGINNER

Een sprong op je achterwiel met een 180° draai.



X-UP

BEGINNER

De rijder draait de handvaten 180° terwijl de handen er op blijven zitten.





Klik op de middelste foto om het filmpje te bekijken

BARSPIN

BEGINNER

Een 360° draai van je handvaten terwijl je in de lucht bent..



360° TAP

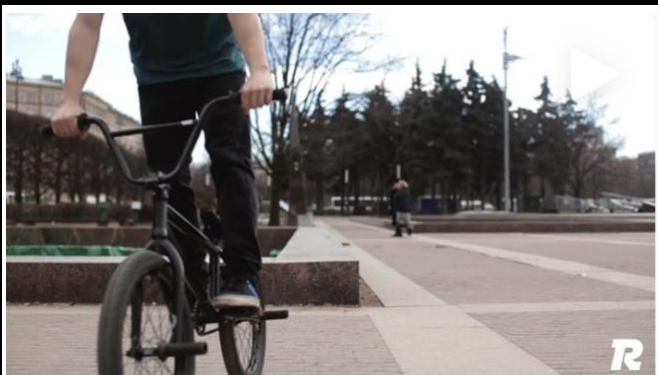
BEGINNER

Een volledige draai over je achterwiel.



DROP

BEGINNER



ONE HAND

BEGINNER

Laat 1 hand los van je handvaten wanneer je in de lucht bent.



NO FOOT

BEGINNER

Los je 2 voeten van de pedalen als je in de lucht bent en steek ze opzij.



CRANKFLIP

BEGINNER

Een bunny hop waarbij je de pedalen 360° achterwaarts draait.





Klik op de middelste foto om het filmpje te bekijken

ONE FOOT

BEGINNER

Laat 1 voet los van je pedalen wanneer je in de lucht bent.



CAN CAN

BEGINNER

Wanneer je in de lucht bent steek je snel 1 been over je buis en dan snel terug op je pedaal.



Tire Grab

BEGINNER

Tik je voorwiel aan wanneer je in de lucht bent.



SEAT GRAB

BEGINNER

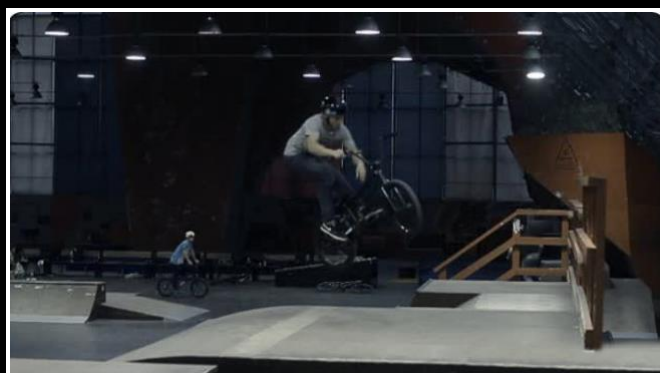
Grijp met 1 hand je zadel vast terwijl je in de lucht bent.



FRAME GRAB

BEGINNER

Grijp met 1 hand je frame vast terwijl je in de lucht bent



ACCELERATE

BEGINNER

Trap voorwaarts wanneer je in de lucht bent.

