

Wippen

Übungs-Nr.

Auf einer etwas längeren, straff gespannten Slackline auf und ab wippen.

Bild

Erleichtern

- Weniger intensiv wippen/bouncen;
- Hilfestellung eines Partners durch Halten an der Hand (immer mit der Ausgleichsbewegung mitgehen, und nur wenn der Slackliner fast herunterfällt stabilisieren).

Erschweren

- Gleichzeitig gehen und bei jedem Schritt wippen/bouncen.