



**Forza : 4/5**  
**velocità : buona**  
**andatura: traverso/lasco**



**direzione del vento**

Ciao studente, come va?

Molte volte ho detto che la variante "one hand" di molti tricks (ad esempio la flaka) è quasi più semplice della versione base.

Bene, per l'eslider one hand questo non vale! Questa manovra richiede un movimento più contorto e fuori asse se vuoi che la vela poi abbia abbastanza potenza da permetterti di finire la rotazione. E' difficile, ma con un po' di pratica ci arriverai.

Ovviamente prima devi chiudere senza problemi l'eslider, che è una grubby in switch (inventata attorno al 2002 da Diony Guadagnino), quindi

prima ancora devi chiudere anche la grubby...

Come sempre inizia la manovra con buona velocità e potenza nella vela, poggia e mettiti in switch cercando di rallentare il meno possibile.

Allarga la mano posteriore verso bugna e mantieni il peso centrale: poi appena trovi un piccolo chop leggermente sottovento piega le ginocchia e preparati a staccare.

Appena senti che la prua è fuori dall'acqua, molla la mano anteriore e cazza il boma con quella posteriore...

Stendi la gamba anteriore e rannicchia quella posteriore in modo che la prua tocchi l'acqua per prima ed inneschi la rotazione.

Come ti ho detto, la posizione del corpo è molto meno naturale di quella dell'eslider classico. Ora rimetti la mano vicino alla maniglia, sbilanciati in avanti e infila la bugna nel vento, poi spingi con il braccio posteriore in modo che la vela ti aiuti a completare la rotazione, come nell'eslider normale.

PS. Ho appena messo sul mio sito un nuovo video di freestyle tutto girato al Garda (Garda Guardian)... non perdeteleo!

*Mattia Pedrani*

1 00

Dakine/Ion/Mistral/North  
Scorpion Bay  
Morgan  
MFC  
Icewind  
Segnana/PierWindsurf

