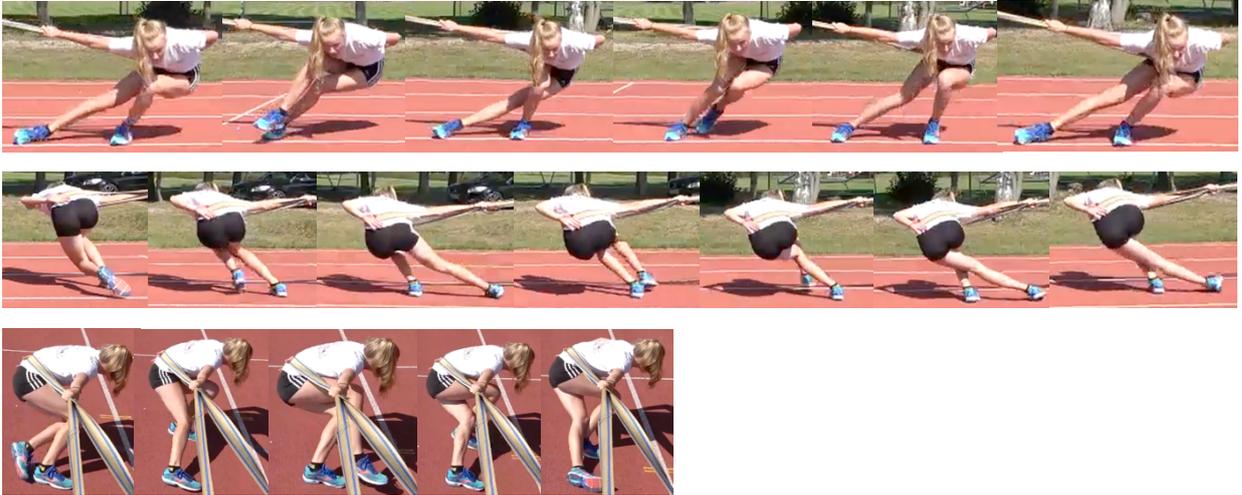


# Kurve Eisschnellauf

## Schwerpunkte Zugband Junioren

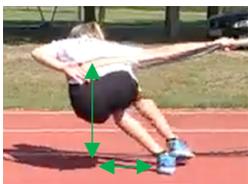


Beim Aufsetzen des Spielbeins ist der letzte Abdruck beendet und es wird **direkt mit dem nächsten Abdruck** begonnen (aufsetzen und Abdruck mit dem ganzen Fuß).

Schultern bleiben **horizontal**.



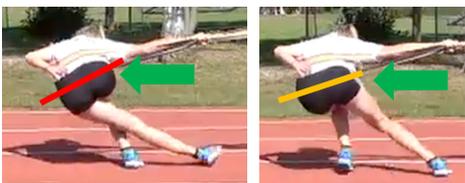
**Position** (Becken kippen, Rundrücken)



**Körperschwerpunkt** deutlich Außerhalb des linken Beins (in der Kurve "Hängen")



**Eine Linie:** Brustbein - Knie - Fuß des Abdruckbeins



**Gleichmäßiger Abdruck zur Seite** (Orientierung an einer Linie), wobei die **Hüfte und Schultern in der Kurve** bleibt. (Durch die Hüfte drücken, beim rechten Abdruck die Hüfte wieder parallel zu Boden bekommen.)