HIIHTO, tekniikkavinkkejä oman hiihdon tueksi. ☺

|  |  |
| --- | --- |
|  Laskuasento | <https://www.youtube.com/watch?v=d3O2UWsH4bk> |
| Tasatyöntö | <https://www.youtube.com/watch?v=R4Bn-klsYOU> |
| Kuokka- luistelutekniikka | <https://www.youtube.com/watch?v=vCJodpR9Pb0> |
| Wassberg- luistelutekniikka | <https://www.youtube.com/watch?v=LAuFEPAnUTg> |
| Mogren - luistelutekniikka | <https://www.youtube.com/watch?v=vz23svfXJkA> |

Tyypillisin virhe luistelutekniikassa 🡪 <https://www.youtube.com/watch?v=1WMEz-ZCdKs>

LUISTELU, tekniikkavinkkejä oman luistelun tueksi. ☺

|  |  |
| --- | --- |
| Luisteluasento | <https://www.youtube.com/watch?v=xMKXOoriEo0>  |
| Perusluistelu etuperin ja takaperin | <https://www.youtube.com/watch?v=ysF9DTqTffo>  |
| Teränhallinta | <https://www.youtube.com/watch?v=4e6cDMAClaI> <https://www.youtube.com/watch?v=QoC86BLHwH4&t=34s>  |
| Jarrutukset | <https://www.youtube.com/watch?v=3ytlZPevxJQ>  |
| Jos olet kiinnostunut peliluistelusi kehittämisestä | <https://www.youtube.com/watch?v=69A_P75Uw-A>  |