

## Endlich hab ich Sie - meine neuen Heelys!

Am Wochenende bekam ich meine neuen Heelys :-)) das sind Sportschuhe mit eingebauten Rollen. Fahren kann man damit so ähnlich wie mit den Inlines.

### Was sind Heelys?

Heelys sind vermeintlich normale Sportschuhe, die jedoch eine Rolle in der Ferse haben. Die Rolle lässt sich mit einem einfachen Handgriff entfernen und durch eine Schutzkappe ersetzen. Heelys sind die ultimativen Schuhe, da man jederzeit damit entweder fahren (heelen) oder gehen kann.

### Wie fängt man an zu fahren?

Man sollte sich Anfangs überlegen, mit welchem Fuß man normalerweise abspringt. Dieser Fuß sollte vorne stehen. Niemals sollte man die Füße nebeneinander stellen, das führt unweigerlich zu einem Boden-Hintern Kontakt. Man sollte den vorderen Fuß auf der Rolle balancieren und mit dem Hinteren abstoßen, dann sofort den hinteren Fuß auf die Rolle bringen und an die Hacke des vorderen Fußes ziehen. Zu Beginn war es ein etwas komisches Gefühl, aber mit der Zeit wird es immer einfacher. Es empfiehlt sich am Anfang mit Protektoren und Helm zu üben. Geht es dann schon besser, bleibt es jedem selbst überlassen. Ich werde Euch bald einige Videos von meinen ersten Versuchen auf meiner Homnepage zeigen. Ein Lernvideo hab ich hier schon mal gefunden. bis Bald