

滑雪时怎么平行转弯

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/zuowen/1678530288217546.html>

范文网，为你加油喝彩！

滑雪最重要的装备是滑雪板、脱落器、附件垫板、滑雪鞋不要轻易说分手、滑雪杖、滑雪服、手套、帽子、太阳镜，在滑

雪前一定要带好护具，防止滑雪时受伤，滑雪运动有哪些常用技巧

呢？滑雪的姿势是双膝微曲，眼自然平视远方而不要盯着自己的雪板尖看。重心向前而不要向后，小腿要向前用力压紧雪靴。双手握雪杖向前小学数学三年级上册举起，双肘微曲。初学者不要把手套在杖柄的绳套内；减速时脚部的用力点是在双足的内足跟部，挺胸挺腹，是为了确保重心前倾。学快些，会了平行技术就漂亮了。另外，除非是在平地，初学者不要让雪板平行向前，要一直保持八字形，要加速时向内收一些，要减速时向外放一些，始终注意不要让速度太快。停的时候要慢慢减速，不要追求快停，大家知道滑雪时怎么平行转弯吗？

和犁式转弯不同，平行转弯需要双板随时保持在一个平行的状态。犁式转弯需要膝盖用力使雪板保持安徽艺考网在内八字的状态，但是平穿越火线搞笑行转弯需要腿和脚一起用力。当你想向左转弯的时候，需要右脚用力，重心跟到你转的方向去，左脚放松平行跟上。相反，向右转弯的时候，左脚用力右脚平行跟上。掌握好平行转弯，会让你的停留得心应手，实现即转即停。

不论是哪种转弯，都会出现左边比右边转的容易，或是右边比左边转的容易这个问题。因为在生活中每个人的主导脚不同，这是很正常的现象，不必着急，只要多加练习便可。

平行转弯时重心应放在前脚掌，不要放在后脚跟。否则容易出现雪板前端翘起的现象，就会很吃力。

滑雪的时候切忌总是担心会摔倒。平行转弯要比犁式转弯在减速方面要有效的多。因为是靠雪板和雪之笑话大全爆笑间的摩擦力转弯，而产生这个摩擦力也需要一定的速度才可以。所以只要放心大胆的转，就可以控制。

以上是<https://www.882682.com/>小编介绍的滑雪时怎么平行转弯的内容，刚开始学滑雪的尽量要学会平等转弯，另外本网冰雪运动安全小知识库中还有很多关于滑雪技巧的知识，感兴趣的朋友可以继续关注的，以便可以更好的进行滑雪运

动。

更多 作文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/92_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发