

MISTY FLIP ONE HAND

Sullo scorso numero di Funboard vi abbiamo presentato nella rubrica Stomp a Trick, gestita da Mattia Pedrani, la manovra del momento il Misty Flip, e anche una sua variante in switch tense. Il buon Mattia ci fa vedere ora come eseguirla ad una mano, in attesa di altre variazioni da urlol

TESTO DI Mattia Pedrani • FOTO DI Valerio Pedrani • PLACE Hotel Pier, Lago di Garda



MATTIA PEDRANI I-00

Freestyler e waver dalle indiscusse capacità tecniche, i suoi video lo dimostrano chiaramente. Campione italiano freestyle 2008 e 13° nel PWA. Trasferitosi al Lago di Garda ormai da alcuni anni è un assiduo frequentatore di Malcesine e del Pier, anche quando le temperature sarebbero più appropriate ad uscite sulla neve con lo snowboard. I suoi sponsor sono: Simmer Sails, Starboard, DaKine, Kaenon, AL360, Scorpion Bay, Morgan, Hollywind, Surfsegnana, Prolimit, Windcatcher, Maverx.



INTRO

Il Misty Flip, anche conosciuto come Clew first Ponch (anche se non c'entra nulla...) è una delle manovre aeree più recenti ed estreme, presentata per la prima volta dall'acrobata Kiri Thode, alla tappa di coppa del mondo di Lanzarote nel 2007. Dopo poco tutti hanno cominciato a provarla perché significava veramente avere la vittoria in mano. La rotazione ricorda vagamente una sorta di Air Spock bugna in avanti. Dopo averne chiusi un bel po' normali, stavo cominciando ad annoiarmi e quindi ho deciso di rendere il mix un pochino più interessante, togliendo il braccio posteriore, prima di staccare! Gollito e Taty invece tolgono il braccio anteriore, atterrando come una normale Spock One Hand.

HOW TO DO

Vai al traverso a tutta velocità, con buona potenza nella vela ma preferibilmente non sovrainvelati. Per questo trick, specialmente le prime volte, è necessario avere una vela piccola e vento sostenuto, in modo che la rotazione sia più veloce e che risulti più facile staccare, anche con una sola mano sul boma. Poggia leggermente ed esegui lo stesso movimento di una Duck Jybe, girando la vela bugna avanti. Una volta che la vela ha ripreso potenza, con le mani belle larghe sul boma, continua ad andare al lasco a tutta velocità e cerca un ripido choppino leggermente sopravento alla tua posizione. Buttati bruscamente sui talloni come uno Shove It per far in modo che la tavola orzi sulla faccia del chop. Quando senti che stai per staccare, toglì la mano anteriore, di bugna, e distendila verso l'alto e poi verso poppa, in modo che ti aiuti ad andare più in alto. La difficoltà maggiore è il fatto di non poter

sfruttare la potenza della bugna, sia per staccare, che per ruotare, quindi è opportuno saper fare i Misty Flip normali ad occhi chiusi, in quanto la rotazione avviene esclusivamente di fisico. Butta l'albero verso poppa con il braccio posteriore e gira testa e spalle sottovento, stendendo il braccio anteriore verso poppa in modo che faccia da perno per il busto. Scalcia la tavola sottovento ed una volta che sei nella fase discendente della rotazione, rimetti la mano anteriore sulla bugna, in modo da poter controllare meglio la vela. Così facendo potrai spingere nuovamente sul braccio posteriore (che nella fase precedente era quello anteriore) in modo che la vela vi spinga nuovamente in posizione eretta come per l'atterraggio di uno Shove It. Ora non vi resta che restare centrali col peso e potete o girare la vela e ripartire come una Spock, oppure tenere il boma e ripartire come una Spock 540. È anche possibile chiudere il Misty Flip ad

una mano dall'inizio alla fine, ma bisogna veramente provarne migliaia per riuscire a gestire l'atterraggio, che, senza la spinta della vela, risulta anche molto pesante e pericoloso.

STEP BY STEP

Foto 1: Sparati a manetta al lasco bugna in avanti e cerca un ripido chop appena sopravento a te. Tieni il fisico leggermente sbilanciato in avanti e preparati a staccare flettendo le ginocchia.

Foto 2-3: Questa fase è davvero delicata ed è cruciale per la corretta riuscita del trick. Orza bruscamente buttandoti sui talloni e, contemporaneamente, molla la mano di bugna portandola verso poppa ed aiutandoti a spingere verso l'alto per lo stacco. Butta l'albero verso il basso e verso poppa con il braccio posteriore,

girando testa e corpo verso poppa, per poi stendere le gambe e sfruttare la spinta creata dall'orzata brusca, come per uno Shove It. Porta il braccio verso poppa e comincia a spingere la tavola sottovento.

Foto 4: A questo punto la fase aerea è all'apice ed il braccio viene piegato in modo da massimizzare la velocità di rotazione, che in questa manovra è discriminante, specialmente con vento abbastanza leggero. Continua a guardare verso poppa e scalcia la tavola sottovento per farle completare la rotazione aerea di 360 gradi.

Foto 5-6: Se hai fatto tutto correttamente, avrai ancora abbastanza spazio e tempo per poter rimettere la mano anteriore, che in questa fase diventa quella potenza della bugna e spingere la vela controvento in

modo che ti porti nuovamente in posizione verticale, come succede per un normale Shove It.

Foto 7-9: Ora non vi resta che gestire l'atterraggio e la parte finale della rotazione che può essere di 360 o 540 gradi, come per una Spock. Cercate di ammortizzare l'impatto flettendo le ginocchia, perché questa fare può essere, specialmente le prime volte, abbastanza brusca e traumatica. Rimani centrale col peso ed aspetta che la vela riprenda potenza per chiudere la manovra correttamente.

DRITTE ED ERRORI

La difficoltà maggiore è riuscire ad avere abbastanza spinta per riuscire a staccare e completare la fase aerea senza intoppi. Lascia la mano quando senti che la tavola sta già staccando e ricorda di buttare l'albero verso poppa con il braccio posteriore.