

# PONCH INTO FLAKA

Il Ponch into Flaka è in circolazione da un po' di anni ormai, grazie all'immenso talento del suo creatore, Riccardo Campello. Il pluricampione del mondo Freestyle ha cominciato a chiudere questa combinazione sconvolgente nelle acque melmose di El Yaque, complicando ulteriormente una delle manovre singole più hardcore in circolazione. Il risultato finale era talmente innovativo allora che Riccardo l'ha soprannominato "The Future". Dopo circa 6 anni, infatti, questa manovra è ancora uno degli assi nella manica dei Top 15 in coppa del Mondo! Signore e signori, ecco a voi il Ponch into Flaka aka Future!

TESTO DI Mattia Pedrani • FOTO DI Valerio Pedrani • PLACE 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 15° nel ranking PWA 2009. 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.



12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

### HOW TO DO

Vai al traverso alla massima velocità possibile, con buona potenza nella vela, ma non troppo sovrainvelato. Per eseguire correttamente questa simpatica combinazione è necessario riuscire a chiudere la Flaka ad occhi chiusi e soprattutto i Ponch senza la minima esitazione né timore e a tutta velocità! L'inizio del trick è praticamente identico ad un normale Ponch, iniziato però con velocità ancora maggiore, in modo da poter avere inerzia sufficiente per poi ruotare la Flaka.

Allarga le mani sul boma, facendo una curva stretta come per un Bottom Turn e, appena ti trovi completamente al lasco, comincia a sbilanciarti bruscamente verso poppa. Gira testa e spalle sopravento, buttando l'albero nel vento e verso poppa,

spingendo la bugna controvento con decisione. Spingi con violenza sulla poppa in modo che la tavola schizzi fuori dall'acqua, il più alta possibile, assicurandoti che la prua non sfiori l'acqua... o saranno problemi seri. Resta rannicchiato il più possibile in modo da velocizzare la parte aerea della rotazione e scalcia la tavola sottovento, come se dovessi fare una ruota. Continua a spingere la bugna nel vento col braccio posteriore e preparati all'atterraggio. Anticipa l'impatto con la gamba posteriore, spostando il peso leggermente verso poppa, per poi attutire l'impatto piegando le ginocchia. L'elevata velocità ed altezza faranno sì che la vela esca immediatamente dall'acqua e che la tavola abbia ancora notevole inerzia. La prima quindi consta nell'esecuzione perfetta di un Ponch in planata. Bisogna cercare di anticipare l'ingresso in

Flaka il più possibile, in modo che le due manovre si fondano con armonia. Dai l'impulso per la rotazione con testa, spalle e soprattutto i fianchi, appena la poppa tocca l'acqua. Inverti poi totalmente il peso da poppa a prua, in modo che la pinna perda aderenza e la tavola slashi liberamente all'indietro. Spingi l'albero nel vento col braccio anteriore e gira la testa e spalle nel senso di rotazione, in modo da completare anche la Flaka come se niente fosse... altro che Marty McFly... Tu non hai neppure bisogno della DeLorean per vedere il "future"!!!

### STEP BY STEP

**Foto 1-2:** Stacca a tutta velocità sul dorso di un choppino al lasco pieno, buttando l'albero sopravento e verso poppa, spingendo la bugna controvento con

decisione. È fondamentale anticipare il movimento della vela, in modo da ritrovarsi già abbastanza sbilanciati verso poppa al momento dello stacco. Spingi la bugna nel vento e spingi con le gambe per far staccare la tavola.

**Foto 3-6:** Gira testa e spalle sopravento, continuando a spingere sulla bugna. Cerca di tenere la gamba posteriore rannicchiata, in modo che la prua giri senza toccare l'acqua. Scalcia la tavola sottovento in modo da ruotare completamente e preparati ad assorbire l'impatto, in modo da perdere meno velocità possibile.

**Foto 7-9:** Questa fase è il nucleo della combinazione, ormai la fase aerea del Ponch è storia vecchia e comincia la parte slashata della Flaka. Dopo aver

attutito l'impatto, piegando le ginocchia, tira col braccio posteriore e stendi la gamba anteriore, spingendo sottovento con quella posteriore. Contemporaneamente gira testa, spalle e fianchi sopravento, ed inverti bruscamente il peso, da poppa a prua, in modo da far andare in spin out la tavola. Spingi l'albero nel vento e tieni il braccio posteriore piegato in modo da innescare la rotazione slashata della Flaka.

**Foto 10-12:** A questo punto il difficile è passato, non ti resta che rimanere col peso centrale e girare lo sguardo sottovento, nel senso di rotazione, completando la Flaka come una Backwind Jibe. Non spingere sul braccio di bugna, altrimenti fermi la rotazione. Se la Flaka non è slashata, riprova ancora iniziando il tutto ancora più veloce!

### DRITTE ED ERRORI

Per questa manovra è importante trovare le condizioni di acqua giuste, possibilmente con vento costante e non sovrainvelati. Se c'è l'acqua choppata è difficile riuscire a mantenere l'alta velocità necessaria. Ricorda d'anticipare la rotazione e cominciarla già appena prima di staccare. Rannicchia anche la gamba posteriore per evitare a tutti i costi che la prua tocchi l'acqua... altrimenti rischi di guadagnarti un giro gratuito in ambulanza...! Come il Forward, è un fattore più che altro mentale. Vai contro il tuo istinto perché più vai veloce, in controllo, meno rischi! Le prime volte la Flaka sarà più un upwind 360 da fermo, ma è comunque un buon allenamento. Basterà aumentare la velocità ed accentuare i movimenti per rendere la combinazione più fluida e slashare la Flaka come se nulla fosse. 🍷