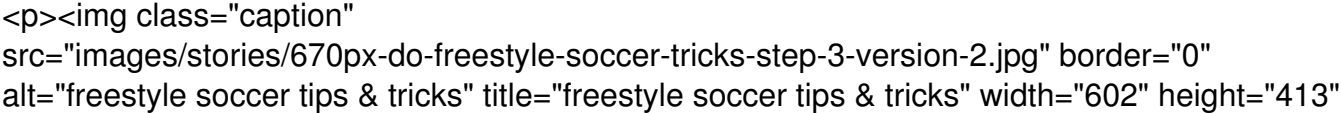


Tips & Tricks

Written by Administrator

Saturday, 25 April 2015 00:40 - Last Updated Thursday, 28 July 2016 21:14

 Apakah Anda baru mulai belajar freestyle sepakbola (freestyle football) atau telah berkecimpung lama di dalam freestyle sepakbola? semoga tips ini dapat membantu dan menambah wawasan anda di dunia Freestyle Soccer. Ini adalah panduan yang mudah dan praktis untuk memulai dan belajar freestyle soccer. Harap dicatat, hampir tidak ada dalam sepak bola gaya bebas istilah harga mati, karena semua trik bisa dipadu padankan, di explore dan bahkan trik boleh diciptakan sendiri, semuanya mengalir dengan bebas dan lepas. Cepat atau lambatnya, mudah atau susahny dalam belajar Freestyle Soccer sangat relatif, semua tergantung dari individu atau pelakunya, karena setiap orang mempunyai capabilytas dan kemampuan serta daya tangkap yang berbeda-beda dalam mempelajari suatu keahlian atau trik. Pada intinya proses untuk bisa mahir dan menguasai trik-trik Freestyle Soccer atau Freestyle Football ini dibutuhkan kesabaran, ketekunan, waktu dan tenaga yang ekstra penuh dalam setiap latihannya. Semua ini adalah tips dan rekomendasi yang cukup bisa untuk membantu memaksimalkan kontrol dan gerakan dari tahap awal untuk membuat belajar sepak bola gaya bebas (Freestyle Soccer) anda menjadi lebih mudah.

Siapkan dan pakailah peralatan freestyle soccer yaitu paling utama Bola dan Sepatu yang memenuhi standart untuk olahraga, original dan pastinya nyaman dipakainya sesuai dengan selera.

Peregangan atau pemanasan sebelum latihan akan membantu anda untuk meringankan otot yang masih kaku dan mencegah dari resiko cedera

Cari tempat yang nyaman atau ruangan yang tidak ada gangguan yang membuat hilangnya fokus dan konsentrasi anda. Agar waktu anda tidak banyak tersita untuk mengambil bola yang jatuh terlalu jauh, disarankan anda memilih ruangan atau tempat yang memudahkan anda untuk mengambil kembali bola yang jatuh sehingga anda bisa langsung untuk melanjutkan latihan lagi.

Supaya anda terhindar dari dehidrasi, siapkan air minum yang cukup yang bisa anda minum dengan teratur dan bisa memaksimalkan sesi latihan anda.

Mulailah dengan belajar trik yang dasar dan sederhana dulu. Buatlah suasana yang enjoy dengan tetap fokus dan menikmati setiap gerakan yang anda lakukan.

Selalu berfikir positif dan yakin bahwa segala sesuatu jika ditempuh dengan semangat pantang menyerah dan dicoba terus-menerus pasti akan membuahkan hasil.

Tetapkan target yang bisa dicapai untuk diri sendiri dalam setiap latihan misalnya, anda sudah bisa melakukan juggling bola sebanyak 10 kali sentuhan maka tingkatkan target anda lagi ke juggling bola 20 kali sentuhan atau jika anda sudah menguasai trik atw (around the world) dan htw (hop the world), maka target kan lagi untuk bisa melakukan kombinasi atw--htw-atw-htw dan semakin meningkat lagi untuk seterusnya.

Selain harus fokus dan rutin latihan sendiri, bergabung untuk latihan dengan Komunitas Freestyle Soccer dan teman-teman seprofesi (freestylers) juga harus rutin anda jadwalkan. Dengan adanya Komunitas dan teman-teman freestyler maka akan sangat membantu dan berpengaruh besar untuk perkembangan kreativitas anda di dalam belajar Freestyle Football/Freestyle Soccer.

Ketika anda sudah mampu dan bisa melakukan beberapa gerakan atau trik Freestyle Soccer, sesekali waktu cobalah untuk melakukan gerakan atau trik tersebut ditempat umum yang sekiranya akan banyak orang yang melihat anda. Ini berguna untuk melatih mental dan kepercayaan diri sebelum anda meningkat ke level yang lebih tinggi di dunia Freestyle Football/Freestyle Soccer.

Juggling ball/juggling bola/timang-timang bola

Juggling bola adalah gerakan basic atau dasar dari Freestyle Football. Adapun fungsi juggling bola adalah sebagai penyeimbang dan bisa juga dijadikan untuk gerakan awal sebelum

Tips & Tricks

Written by Administrator

Saturday, 25 April 2015 00:40 - Last Updated Thursday, 28 July 2016 21:14

melakukan trik atau untuk melanjutkan dari satu trik ke trik berikutnya. Sebelum anda melangkah ke tahap yang lebih jauh pastikan anda telah mempelajari sekaligus lancar dalam melakukan juggling bola terlebih dahulu.

Hampir tidak ada teori paten didalam Freestyle Soccer tapi secara teori tertulis dan untuk lebih memudahkan didalam belajar Freestyle Soccer maka Freestyle Soccer bisa dibagi beberapa bagian :

-Airmove & Lower : cross over , atw , htw

-Sits : sit juggle

-Uppers : headstall , side headstall both sides , neckstall , shoulderstall with both shoulders

Pada tahap-tahap awal belajar Freestyle Football mungkin terasa agak susah, tapi ketika teori dasar Freestyle Football sudah mampu dikuasai maka akan lebih mudah untuk mempelajari variasi trik yang lainnya. Kuncinya adalah latihan, semuanya menjadi bisa itu karena terbiasa, setiap trik selalu ada celah untuk bisa dipelajari artinya sesusah apapun suatu trik jika selalu dicoba berulang-ulang kali pasti akan bisa dikuasai. Dari sekian banyak trik Freestyle Football tentunya ada beberapa trik yang paling populer dan sering sekali dimainkan oleh kalangan Freestylers pada umumnya. Disini kami telah membuat daftar trik Freestyle Soccer paling populer, kami telah pisahkan beberapa trik berdasarkan tingkat kesulitan sekaligus kami masukkan nama-nama trik, deskripsi, beserta video tutorialnya.

</p>