

MARCEL GURK
FUSSBALL
FREESTYLE
LERNE DIE BESTEN TRICKS DER WELT



TIPPS VOM
DEUTSCHEN
MEISTER

+ VIDEOS
VON ALLEN
MOVES

YouTube-Channel
»YouSkill« **YS**



DELIUS KLASING



DELIUS KLASING



MARCEL GURK
FUSSBALL
FREESTYLE
LERNE DIE BESTEN TRICKS DER WELT

DELIUS KLASING VERLAG



»GLÜCKWUNSCH ZUM BUCH, MARCELI«
RONALDINHO (WELTFUSSBALLER 2004, 2005)



...dinho
...sist

A blurred background of a city street. On the left, there is a brick building with a crenellated roofline. In the center, a car is driving on the road, its lights blurred. On the right, a person's hand is visible, pointing towards the left. The overall scene is in motion, with a shallow depth of field.

**»WHAT MARCEL DOES IS FANTASTIC,
FOR SURE HE WILL BE A SUCCESS.«**
RIVALDO (WELTFUSSBALLER 1999)







»WIR MACHEN UNSER DING!«
YOUSKILL

A photograph of the Hollywood sign on a hillside. The sign is white and stands out against the green vegetation of the hill. The sky is a clear, bright blue with a few wispy clouds. In the foreground, there are some tall, thin grasses and a dirt path.

HOLLYWOOD

»ICH LEBE MEINEN TRAUM
IN MEINER EIGENEN WELT.«
MARCEL GURK





FREESTYLE IST LIFESTYLE

Du willst Fußball-Freestyler werden? Herzlich willkommen! Mit diesem Buch habe ich ein Paket geschnürt, das einen 360-Grad-Einblick in die Welt der besten Fußball-Freestyle-Tricks gibt. Zwischen diesen zwei Buchdeckeln steckt mein geballtes Freestyle-Wissen, das ich über Jahre hinweg gesammelt habe.

Das Herz des Freestyles sind die Tricks. Diese werden in einfachen Schritt-für-Schritt-Bildfolgen leicht und nachvollziehbar erklärt. Dabei folge ich dem Prinzip »von leicht zu schwer« und teile die Tricks in verschiedene Schwierigkeitsstufen ein. So ist dieses How-to-do-Buch ein perfekter Begleiter für die täglichen Trainingsstunden und deine persönliche (Fort-)Entwicklung.

Es ist das weltweit erste Fußball-Freestyle-Buch, das dir – Seite für Seite – eine Anleitung gibt, wie du vom Anfänger zum Profi wirst. Vom richtigen Jonglieren mit dem Ball bis hin zu High-Level-Tricks ist alles dabei.

Zusätzlich und einzigartig: Zu jedem Trick, der im Buch vorgestellt wird, hast du als Buchkäufer den Zugang zu exklusiven Tutorial-Videos. Scanne den QR-Code auf Seite 16 oder gib den Link von Seite 17 in deinen Browser ein, und du gelangst zu spektakulären Bewegtbildern, die das Erlernen der Tricks noch einfacher machen.

Fußball-Freestyle ist viel mehr als Fußball, es ist viel mehr als nur ein Sport. Fußball-Freestyle ist ein Lifestyle. Die Kunst am Ball verbindet. Auf der ganzen Welt gibt es mittlerweile Freestyler, ihre gemeinsame Sprache ist die Liebe zum Ball. Als Freestyler und YouTuber durfte ich rund um den Globus reisen und habe überall neue Freunde gefunden und meine Träume gelebt.

Der beste Freund ist und bleibt aber immer der Ball.
Also schnappt euch einen – und los geht's!

LERNE DIE BESTEN TRICKS DER WELT!

INHALT

Hol dir die Videos zu allen Tricks!	16
Über mich	18
<i>Around the World: Salvador da Bahia</i>	22
Fußball-Freestyle	24
Geschichte	26
Trickkategorien in der Übersicht	28
Jeder kann es lernen	30
<i>Around the World: Orlando: Mein Treffen mit Ronaldinho</i>	32
Flick Ups: Alle Wege, um den Ball in die Luft zu befördern	34–51
<i>Around the World: Los Angeles: Werbung kann so schön sein!</i>	52
Lowers: Alle Tricks, die mit den Füßen, den Oberschenkeln und Knien ausgeführt werden	54–105
Wie jongliert man richtig?	56
Deine Rekordliste	57
We show – YouSkill!	64
<i>Around the World: China: Tricksen im Reich der Mitte</i>	106
Uppers: Alle Tricks, die mit dem Oberkörper ausgeführt werden	108–123
<i>Around the World: Orlando: Freestyle meets NBA</i>	124
Sit Downs: Alle Tricks, die im Sitzen ausgeführt werden	126–139
<i>Around the World: London: Guinness World Records</i>	140
Equipment	142
The Story of my Life: The Godfather of Freestyle	148



