

Pattinaggio artistico: Insieme

Il pattinaggio su ghiaccio è anche una disciplina di squadra. In gergo, si parla di «Synchronized Skating». Sedici persone eseguono contemporaneamente un programma a ritmo di musica. In ambito scolastico è possibile unire i singoli elementi per creare una piccola sequenza in gruppo.



Non appena le basi del pattinaggio su ghiaccio sono acquisite, gli allievi possono eseguire anche tanti esercizi suddivisi in squadre e questa lezione fornisce delle idee al riguardo. Alla fine è possibile unire i singoli elementi per creare una piccola sequenza in gruppo.

[Lezione: Pattinaggio a squadre \(pdf\)](#)

Tecniche

→ [Elementi di base \(descrizione del movimento tramite illustrazioni\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO