

Inline skating Kids – Figures: Rotations

Les enfants commencent par de petits pas tournants, puis passent au demi-tour et enfin au tour complet, le tout en roulant.

Pas tournants (A)

Rouler et effectuer une rotation complète en enchaînant de petits pas, puis continuer.

Remarques

- Genoux bien fléchis.
- Bras tendus latéralement pour l'équilibre.
- Tourner sur place.

Demi-tours et rotations complètes (M/A)

- Rouler et effectuer un demi-tour. Poursuivre en marche arrière.
- Idem mais avec une rotation complète et poursuivre en avant.

Variantes

- Pivoter sur les roues avant en même temps.
- Pivoter sur les roues avant un patin après l'autre.
- Pivoter en sautant légèrement.

Remarques

- La tête suit le mouvement.
- Engager les bras.
- Objectif: continuer à rouler tranquillement.

Source: [Gabi Schibler, enseignante d'éducation physique et propriétaire de Motionline Sàrl](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO