

Patinage artistique: Ensemble

Le patinage est aussi un sport collectif. La discipline s'appelle «synchronized skating». Elle met en scène 16 patineurs qui présentent leur programme en musique. Dans le cadre du sport scolaire, il est tout à fait possible de créer de petites séquences avec un nombre réduit d'élèves.



Une fois que les techniques de base sont acquises (voir encadré ci-dessous), de nombreux exercices peuvent se décliner sous une forme collective. La leçon suivante donne quelques idées dans cette optique. A la fin, les partenaires enchaînent différents éléments pour créer une petite suite.

[Leçon: Patiner en équipe \(pdf\)](#)

Techniques

→ [Eléments de base \(description du mouvement avec illustrations\)](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Office fédéral du sport OFSPO