

Inline skating Kids – Figures: Modules

Franchir des mini-rampes ou autres modules en sautant est spectaculaire et requiert un entraînement assidu sur les différents éléments du skatepark.

Mini-skatepark (M/A)

- Rouler sur les modules.
- Rouler sur les éléments de bascule.

Variantes

- Passer les rampes et les bascules en arrière.
- Descendre les marches.
- Slider sur les rails.

Remarques

- L'aide se trouve toujours devant. Donner une main et soutenir le haut du bras avec l'autre.
- Garder les genoux fléchis en roulant, les mains vers l'avant.

Matériel: Rampe, bascules, rails, marches

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