

# Inline skating Kids – Bases: Matériel

Pour commencer, les enfants se familiarisent avec le matériel. Ils s'équipent et apprennent à le manier au travers de différents jeux.

## Contrôle du matériel (D/M/A)

S'équiper en position assise, dans cet ordre:

- Casque: deux doigts au-dessus du sommet du nez, sangles bien serrées. Secouer la tête: le casque tient-il?
- Protège-genoux et protège-coudes: enfiler une chaussette (coupée) pour que le matériel ne glisse pas.
- Rollers inline: bien les serrer.
- Protège-poignets: plastique côté paume.

**Matériel:** Rollers inline, casque, protections (poignets, coudes, genoux)

---

## Concert (D/M)

Tester les protections au cours d'un concert:

- A genoux: applaudir avec les protège-poignets.
- A quatre pattes: taper les mains (doigts écartés) et les coudes à plat sur le sol.
- A genoux: marcher sur les genoux en essayant de faire du bruit.

**Matériel:** Rollers inline, casque, protections (poignets, coudes, genoux)

---

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