

# Inline Kids – Evoluzioni: Rotazioni

Le rotazioni sui pattini in linea iniziano con semplici passi fino a eseguire rotazioni di 180 o 360°.

## Rotazione camminata (P)

Avviarsi e a piccoli passi compiere un'intera rotazione, quindi proseguire.

### Osservazioni

- Accovacciati sulle ginocchia.
- Braccia distese lateralmente per mantenere l'equilibrio.
- Ruotare sul posto.

---

## Rotazione di 180° e di 360° (A/E)

- Mentre si pattina, eseguire una rotazione di 180° e continuare a pattinare all'indietro.
- Mentre si pattina, eseguire una rotazione di 360° e proseguire in avanti.

### Varianti

- Sulle due ruote anteriori contemporaneamente.
- Su una ruota anteriore dopo l'altra.
- Ruotare eseguendo un saltino.

### Osservazioni

- La testa segue il movimento rotatorio.
- Utilizzare le braccia.
- Obiettivo: dopo la rotazione continuare a pattinare tranquillamente.

---

Fonte: [Gabi Schibler, Motionline GmbH](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO