

CONSEJOS EN LA INICIACIÓN DEL FREESTYLE SLALOM (I)

El freestyle slalom es una modalidad del patinaje en línea que consiste en realizar diferentes trucos entre conos de plásticos que pueden ser colocados a distancias de 50, 80 y 120cm. En cada línea de conos éstos deben estar puestos a la misma distancia, lo más común para empezar es utilizar la distancia de 80 centímetros.

Para empezar a practicar se aconseja tener un nivel mínimo de patinaje, es decir, es recomendable saber patinar bien, frenar, girar...

Pueden servir cualquier tipo de patines, siempre que sean en línea, a medida que el nivel del patinador vaya aumentando se puede cambiar a unos patines específicos para slalom.



Para empezar la práctica de esta modalidad se recomienda modificar las ruedas y ponerlas en “rockering”, esto quiere decir que las dos ruedas centrales deben tener un diámetro mayor que las ruedas de los extremos. Lo habitual es que la diferencia de tamaño sea de 4 milímetros, lo más común es la configuración de 76mm-80mm-80mm-76mm.

Es indispensable quitar el freno, ya que dificulta la realización de trucos. También se recomiendan llevar protecciones.

Podemos empezar a practicar los trucos fuera de la línea de conos para ir cogiendo soltura y después hacerlos en los conos, es muy importante mantener las rodillas

flexionadas e inclinar ligeramente el cuerpo hacia adelante ya que esto aporta estabilidad.

Podeis encontrar videos de trucos de todos los niveles en:
www.slalomskating.com