

## PATINES

Circuito de habilidad con 8 ejercicios. El circuito se realizará en cuadrado y se colocaran 2 ejercicios por lado. Solo necesitaras una tiza

1. Dibujar una línea de medio metro y a continuación (a un metro aproximadamente) una cruz. Cuando se pasa por la línea de medio metro hay que pasar con los pies por fuera y cuando se pasa por la cruz hay que juntar los patines. Abro-cierro, abro-cierro, abro-cierro. Repetir ejercicio de 3 a 5 veces.
2. Dejar espacio para coger carrerilla y colocar piedras o botellas aleatoriamente (si no se dispone de piedras o botellas, dibujar cruces). Se deberá de pasar los obstáculos sin levantar las ruedas del suelo y realizar un camino diferente cada vuelta.
3. La araña. Darme inercia con las manos.
4. Patinar de espaldas. En el lateral de los ejercicios 3 y 4, simplemente dibujar una marca en medio, y recorrer la mitad haciendo la araña y la mitad de espaldas
5. El enanito. Coger carrerilla y cuando lleve inercia agacharme y dejarme llevar agachado
6. Dibujar dos líneas paralelas en las que entren los dos patines mas o menos justos. Coger carrerilla antes de pasar por estas y cuando se vaya entrar en ellas, juntar los patines y dejarse llevar
7. Dibujar 4 o 5 líneas horizontales y pasar por el cima sin pisar la línea
8. Dibujar 4 o 5 líneas horizontales y realizar giros de 180°

