

Esports

Patinatge

El patinatge artístic sobre rodes és un esport de competició individual, tot i que hi ha modalitats en parelles.

Requereix moltes hores d'entrenament setmanals i una bona preparació física i mental, ja que per les competicions es necessita tenir una gran capacitat de concentració a l'hora d'executar els salts i les piruetes. I, a més, s'ha de tenir molt bona oïda per sentir la música i adequar els seus moviments al ritme musical.

Es pot competir de diverses maneres: Competicions Federatives i trofeus entre clubs, cal, però, estar federat/da per poder-hi participar.

Per poder arribar a competir en categories és necessari haver assolit les diferents proves de dificultat, que passen des d' Iniciació C, Iniciació B, Iniciació A, fins a Certificat, que és la última prova a assolir abans d'entrar en Categories. Una vegada arribes, ja pots entrar a competir en Campionats de Barcelona, Catalunya, Espanya i fins i tot arribar al Campionat del Món.

Dintre del patinatge artístic hi ha diferents modalitats:

-**patinatge lliure**: consisteix en fer sals, piruetes i fer una coreografia.

-**figures obligatòries**: consisteix en seguir una línia en diferents direccions i de diferents maneres.

-**dansa**: que consisteix en ballar sense fer salts i piruetes.

-**patinatge en parelles**: consisteix en fer una coreografia sincronitzant-te amb la parella.

-**show**: consisteix a ballar en grup i anar molt sincronitzat.

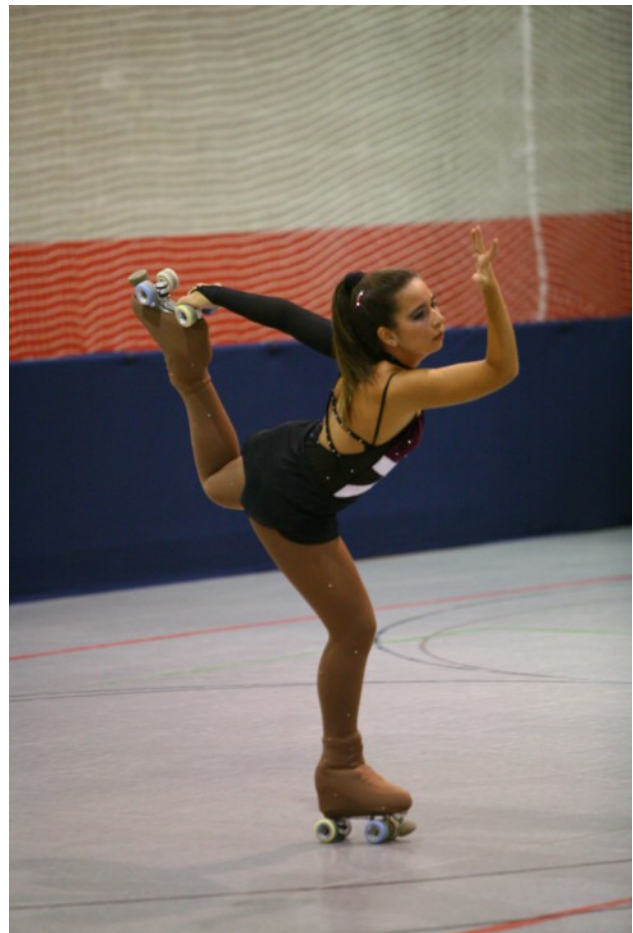
De patins n'hi ha de molt diferents, com més bons més cars però van millor perquè pesen menys. Els patins es componen de quatre parts:

-**La bota** pot estar fabricada per diferents marques, les més conegudes són com *Edea* i *Risport*.

-**La plantilla**: és la part que aguanta les rodes. N'hi ha de diferents marques com: *Rol'line* i *Atlas*.

-**El fre** n'hi ha de diferents colors i depèn el color és més bo o menys, el millor color i el que porto jo es el marró.

-**Les rodes** també n'hi ha de diferents com les *Rol'line Magnum* o *Giotto* i després també hi ha les de parquet que serveixen perquè no et rellisqui tant la pista.



Ainoa Rull, alumna de 2n ESO