



# PATINAJE SOBRE HIELO

HUARTE PALACIO DE HIELO

El patinaje es una actividad saludable y muy completa. Colabora en el desarrollo motor, fortalece la musculatura del tren inferior y produce avances importantes en el desarrollo de equilibrio y coordinación. Por otro lado, refuerza la autoestima ya que posibilita el aprendizaje de las técnicas básicas en un tiempo relativamente corto, por lo que las y los patinadores experimentan avances de forma rápida, lo que provoca un alto grado de participación y motivación.

La actividad está tutelada y animada por monitores y monitoras de patinaje. Ellos te enseñarán las técnicas básicas del patinaje (posición básica, impulso, desplazamientos, caídas, equilibrios, giros, frenadas, patinaje hacia atrás), os prepararán para que realizaréis un circuito práctico y, además, os sorprenderán con diferentes juegos como el ringo hockey. Todo el material está incluido en el precio.

*Fecha* Domingo 3 de marzo

*Horario actividad* 12.00h - 14.00h (estar allí a las 11.30 horas)

*Precio* 8€ C.U. y A3U / 16€ ajenos

*Fecha límite inscripción* Viernes 1 de marzo

*Grupo mínimo* 15 personas



Quedamos directamente allá a las 11.30 horas (línea 4 de Villavesa)  
Calle Itaroa, 5, 31620 Huarte, Navarra

**NO OLVIDES  
TRAER GUANTES  
Y CALCETINES  
ALTOS**

