

Journée découverte de ROLLER SKI – Dimanche 23 AVRIL 2017

Familles rurales de Steenwerck vous propose une activité sportive:



Il y a le ski alpin le ski de fond mais le roller-ski c'est quoi au juste?

Au départ c'est une méthode d'entraînement d'été pour le ski de fond le biathlon et le combiné nordique, Discipline a part entière le roller ski se pratique sur le macadam avec les mêmes mouvements qu'au ski de fond et presque avec le même matériel,



La séance découverte dure 45 minutes, Apprentissage des techniques de base: technique de glissement synchronisation des mouvements bras-jambes coordination des mouvements avec les bâtons techniques pour ralentir et freiner, techniques de virages, prévoir et éviter les dangers... C'est un sport ouvert à tous, pour la détente et le plaisir d'être ensemble. Qui se débrouillera le mieux ...les enfants ou les adultes?

Rendez-vous le :

Dimanche 23 AVRIL 2017 à 10h sur la grand place de Steenwerck.

La fin de l'activité est prévue vers 12h00.

Réservation avant le 17 avril

par téléphone:

06 07 59 27 34 (Charlotte) – 06 06 40 10 21 (Lydie)

Adhérents – 4€/personne

Non Adhérents - 6€/personne

Nombre de participants limité, l'association se réserve le droit d'annuler en cas d'intempéries.