



# roller CLUB



[www.facebook.com/rollerclub.es](http://www.facebook.com/rollerclub.es)



roller  
CLUB



**CONTENIDOS**

CALENTAMIENTO

COORDINACION

GIROS, SALTOS  
FRENADAS

JUEGOS  
COMPETICIONES

VELOCIDAD, CIRCUITOS  
HABILIDAD

**¡No te lo  
pierdas!**



**METODOLOGÍA**

CALENTAMIENTO

TÉCNICAS DE  
PATINAJE

EXHIBICIONES  
Y ESTIRAMIENTOS

PATINAJE  
LIBRE

JUEGOS  
GRUPALES