

Como frenar con patines en línea

Lo primero que preocupa a cualquier principiante es la manera de pararse con los patines. Por suerte, con un poco de práctica se pueden aprender una serie de técnicas que nos permitan frenar con los patines con mucha seguridad. En nuestro apartado de Técnicas de Patinaje , iréis encontrando explicaciones técnicas sobre maneras de frenar con los patines en línea. A continuación, os mostramos un resumen de los tipos que hay.

Principales tipos de técnicas de frenado con patines en línea

Frenar con el taco de freno: Esta es sin duda la manera más sencilla de aprender a frenar con patines en línea. Su principal ventaja es que no se requiere mucho equilibrio para llevarla a cabo, es fácil de aprender y resulta muy efectiva, incluso a alta velocidad. Su principal desventaja es que el taco de freno, que está situado en la parte posterior de uno de los patines, nos puede molestar para realizar algunos movimientos con los patines. Tenéis una explicación más detallada aquí .

Frenar en T: La frenada en T adquiere su nombre de la posición en la que ponemos los patines. Es decir, con un patín perpendicular al otro formando una "T". Esta técnica es mucho más difícil de ejecutar que la frenada con el taco de freno ya que requiere mucho más equilibrio, pero tiene como ventaja que podemos dedicar cada patín a una determinada función, concretamente, al patín delantero se dedica a dirigir la frenada y el patín trasero a frenar.

Frenar con los patines paralelos: Esta ya se considera una técnica avanzada, que también se conoce por derrape con patines, frenada de hockey, etc. Se trata de hacer derrapar los dos patines a la vez con un golpe de cadera. Esta técnica es muy complicada y requiere mucha práctica y una técnica muy cuidada.

Frenada Powerslide delantero y trasero: Esta frenada no es tan complicada como la frenada con patines paralelos, pero también requiere un buen nivel de patinaje. Básicamente se trata de una frenada en T inversa.

Frenada en cuña: Esta frenada sería muy similar a la que se realiza en el esquí, es decir, hacer derrapar los dos patines poniéndolos enfrente nuestro haciendo una cuña. Es una frenada complicada y que requiere mucha práctica.

Frenada en A: Esta es una de las frenadas más usadas en hockey línea. Se trata de hacer derrapar los dos patines pero quedando el cuerpo en forma de A mayúscula. Hay muchas más frenadas pero estas serían las principales. Si no has entendido la ejecución de algunas, no te preocupes que en breve vamos a publicar diversos videos demostrativos en nuestra sección de técnicas de patinaje .