



MOUNTAINBOARD ELÉCTRICO

Descripción de la actividad:

Aprenderemos a conocer y manejar un mountainboard eléctrico, desplazarnos por distintos recorridos, “surfear” los relieves del terreno, disfrutar del entorno de una manera divertida y versátil. También puede ayudar como iniciación a la práctica del snowboard, dándonos una base que hará que nos resulte mucho más fácil su práctica.

* Nuestras tablas están limitadas en potencia y velocidad (máximo 25 km/h).

Contenido:

- Características técnicas y funcionamiento.
- La importancia de las protecciones.
- Técnicas básicas de manejo: posición, equilibrio, manejo de giro, aceleración, frenado,...
- Práctica y disfrute de la experiencia.

Metodología:

2 sesiones de 2h cada una. Grupos reducidos.

Material:

Incluye: e-MTB, protecciones: casco, muñequeras, coderas, rodilleras,... (todo el material se desinfecta antes de cada actividad). Si algún alumno quiere traer su propio material de protección, puede hacerlo, previa supervisión nuestra.

Vestimenta: ropa cómoda adecuada para la climatología existente en cada momento. Calzado fuerte, flexible y cómodo, especialmente zapatillas deportivas. Si se dispone de unos guantes cómodos y ligeros también pueden utilizarse (tipo ciclismo). Es adecuado si el clima es frío pero debe permitir asir con comodidad el mando electrónico.



www.lasrozas.es/juventud

Centro de la Juventud

Avda Ntra Sra del Retamar, 8

28232 Madrid

Tfno. 91 757 96 00

juventud@lasrozas.es

 @rozasjuven

