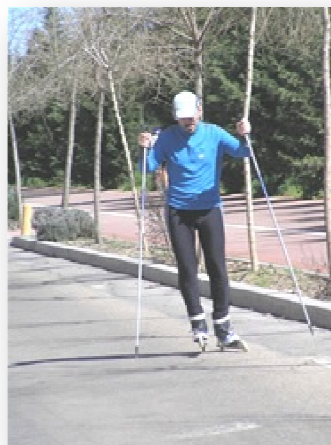


FICHA DEPORTIVA

ACTIVIDAD: ROLLER SKI

Descripción: El rollerski nace para cubrir la necesidad de entrenar el ski de fondo o travesía sin depender de la meteorología, de hecho, sin necesidad de nieve o montaña. Este deporte reproduce casi exactamente los movimientos y la técnica del ski de fondo por lo que se ha convertido en un deporte obligado para los esquiadores para completar su calendario de entrenamiento fuera de temporada. Es tal su popularidad que a este deporte se han sumado aficionados que apenas tienen relación con el ski. Se practica sobre superficies de asfalto o similares tipo carril bici.



En el rollerski, las tablas de esquiar se sustituyen por unas más cortas con ruedas en sus extremos y se utilizan los bastones tradicionales con punta adaptada a la superficie de contacto.

Podemos encontrar más información relativa a este deporte en la web del CDE Rivas Esquí de Fondo: <http://www.rivasesquidefondo.com/rollerskiDetalles.html#quees>

RUTAS PROPUESTAS EN EL ParcBIT

Nº rutas	14
Distancia total rutas	57,74 km
Distancia media	4,12 km
Desnivel acumulado	421 m
Desnivel medio	30,07 m
Dificultad	BAJA - MEDIA

Fuentes:

Texto: Wikipedia <http://es.wikipedia.org/>
 Imágenes: GettyImages <http://www.gettyimages.com/>