

競速

直排輪

動起來

秋晨著

內容

簡介	3
護具、腳架參考圖	5
鞋子介紹	7
休閒鞋	7
競速鞋	8
選手鞋	9
基本動作	11
摔倒起身	11
基本站立方式	11
雙腳抬腳運動	12
弓箭步移動	12
推刃滑行	12
正確踩刃方式	13
小偉的直排輪經歷	14

簡介：

雖然參與直排輪活動沒有年齡的限制，也不分性別，但必須要有完整且合格的裝備，才能讓你在運動時安全又可以體驗到直排輪的速度感和刺激感，並且更要了解各項裝備的功能與保養。

不管價格的高低，切記在玩直排輪時要注意安全，並配戴頭盔、護腕、護肘、護膝等等保護裝備。

一雙好的直排輪鞋的鞋身主要的功能是要能穩定包覆和支撐住你的腳，鞋身含兩個部份，一個是包住腳的部份、一個是包住腳踝的部份。

直排輪鞋的底座是用來裝輪子，並且固定在鞋子的下方。鋁合金的底座，底座要夠穩，才能有效的支撐整隻腳。

因為在溜的時候是需要靠腳力的，若鞋子無法安全支撐腳是很危險的～

