

LA SLACKLINE IN BREVE

Origini

La slackline nasce in California, nello Yosemite National Park, nel mondo dell'arrampicata. Nel 2006 inizia a diventare conosciuta anche in centro Europa, e da qui si diffonde al mondo intero.

Materiali

Le slackline più comuni sono prodotte intrecciando fibre di Poliestere o Polyamide (Nylon)

Larghezza: da 2,5 a 5 cm (1-2 pollici)

Tensione: può variare da 100 a 1500 kg. Di solito 300-800 kg.

Carico di rottura: da 2500 a 5000 kg, a seconda del tipo di slackline.

Le varie discipline:

- 1 **Linee per principianti** (tutti iniziano così! - corta e bassa)
- 2 **Longline** (richiede concentrazione e resistenza)
- 3 **Trickline** (acrobazie e salti; ad oggi è l'unica disciplina competitiva)
- 4 **Rodeoline** (simile a un'altalena su cui stare in piedi)
- 5 **Waterline** (sull'acqua, più difficile di quanto possa sembrare)
- 6 **Highline** (la disciplina per eccellenza, a grandi altezze)

Further information

Contatti /note:

Publicato nel 2014. Layout: www.anders-bfg.at, Illustrazioni: www.stefangrassbergen.at

Publicato da:

Con:



SWISS SLACKLINE FEDERATION
WWW.SWISS-SLACKLINE.CH



AUSTRIAN SLACKLINE ASSOCIATION
WWW.SLACKLINEVERBAND.COM



UFFICIO PREVENZIONE INFORTUNI
WWW.BFU.CH/IT



Il mondo della **SLACKLINE** in tutte le sue sfumature

La
risposta alle
domande più
comuni



PERCHÈ STIAMO IN EQUILIBRIO SULLE SLACKLINE?

Non siamo circensi, lo facciamo per:

Concentrazione
 sport
 Hobby all'aperto
 SFIDA
 Natura
 Persone
 Amici
 OBIETTIVO
 Rilassamento
 libertà
 Attività
 Piacere
 Equilibrio
 ALLENAMENTO

L'ALBERO REGGERÀ LA TENSIONE?

Gli alberi sono piante delicate che dipendono anche dalle nostre cure. Per questo facciamo attenzione a scegliere alberi con un tronco abbastanza robusto e usiamo sempre le protezioni.

E comunque: un forte vento sottopone l'albero a una forza molto maggiore di quella di una slackline.

TUTTI POSSONO FARE SLACKLINE!

Non per forza devi avere già un buon equilibrio: è come imparare ad andare in bicicletta. All'inizio puoi provare su linee corte (3-5 m), tese all'altezza del ginocchio. Quando inizi, la linea si muoverà molto: questo è assolutamente normale e smetterà in fretta. Dopo un paio d'ore di tentativi noterai i primi miglioramenti!

Un consiglio: informati bene e confronta slackline diverse prima di comprarne una. Assicurati di avere anche una buona protezione per gli alberi. I kit molto economici non sempre sono una buona opzione!

Posso provare?

CORDA O FETTUCCIA - QUAL'E' LA DIFFERENZA?

Le fettucce che usiamo sono prodotti hi-tech, studiati e prodotti apposta per lo slacklining. Una fettuccia piatta offre una superficie confortevole e che non scivola sotto i piedi.

Però, a differenza degli artisti di filo teso non usiamo alcun bilanciante, e la nostra fettuccia è più dinamica e meno tesa.



SE C'E' QUALCUNO SULLA SLACKLINE:

1. Non toccare la fettuccia!
2. Non salire sulla slackline!

FETTUCCIA LARGA O STRETTA?

A piedi nudi o con le scarpe? Molto tesa o poco tesa? Tutto è possibile, è solo una questione di abitudine e di gusti. Prova e decidi cosa è meglio per te!

Ricorda: più larga non vuol dire necessariamente più facile! Se indossi le scarpe, è meglio sceglierle con la suola piatta! Se cammini scalzo, è meglio farlo su un terreno soffice.