

Niveau 1 et 2 roues : maîtriser seul sa direction, sa vitesse et son freinage



| | |
|------------------|-----------------------|
| Public | Patineurs débrouillés |
| Distance | Jusqu'à 20 km |
| Durée | 1H30-2H00 |
| Rythme | lent |
| Dénivelé | Très rare |
| Endurance | Faible |



| | |
|------------------|---|
| Public | Patineurs amateurs, sachant freiner (s'arrêter) dans de petites descentes |
| Distance | 25-30 km |
| Durée | 2H00 - 2H30 |
| Rythme | Modéré |
| Dénivelé | Faible |
| Endurance | Moyen |

Niveau 3 et 4 roues : maîtriser sa trajectoire et sa vitesse en descente, maîtriser parfaitement le freinage en toutes circonstances (descente, urgence, etc...)



| | |
|------------------|----------------------------|
| Public | Patineurs confirmés |
| Distance | 30 km et + |
| Durée | 2H30 - 3H30 |
| Rythme | Soutenu |
| Dénivelé | Moyen |
| Endurance | Bonne endurance nécessaire |



| | |
|------------------|--|
| Public | Patineurs experts qui ont une bonne condition physique et qui maîtrise parfaitement le roller (freinage d'urgence notamment) |
| Distance | 30 km et + |
| Durée | 2H30 - 4H30 |
| Rythme | Soutenu |
| Dénivelé | Fort |
| Endurance | Parcours technique |

Lancez-vous dans une rando en fonction de votre niveau !