

# Patinaje sobre hielo

¿Te gustan las temperaturas frías y quieres hacer una actividad deportiva diferente? Una opción es el patinaje sobre hielo. No importa si eres niño o niña, el único requisito es tener ganas de aprender.

Para que seas un experto, debes practicarlo 45 minutos, dos veces a la semana.

La edad ideal para empezar es a los cinco años, pero si tienes más edad no importa, puedes iniciar en el momento que quieras.



En la Ciudad de México hay seis pistas para patinar sobre hielo donde se puede practicar profesionalmente. Y seguro que en tu estado también.

EL PATINAJE ARTÍSTICO SOBRE HIELO INICIÓ EN EL SIGLO XVIII EN CANADÁ; A MÉXICO LLEGÓ EN 1950.

Patines de figura  
Desde mil hasta  
10 mil pesos

Si estás decidido a patinar sobre hielo, prepara tus pants y una chamarra, dado que bajará la temperatura. Sólo cuando haya una competencia tendrás que usar un traje especial.

## ¿Cuánto cuesta?

Mallas  
De 300 a  
600 pesos

Traje de competencia  
Desde mil 200  
hasta 4 mil pesos