

	Вмілість	Їзда на сніговій дошці I
	Рівень	1 проба
	Дата початку здачі	
	Дата завершення	
	Прізвище, Ім'я	
Вимоги до інструктора		
Вимоги до здобувача вмілості		
☐	Знає частини дошки: ніс, хвіст, в'язання, ремінь (leash) і пояснить їх вжиток.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Знає правила безпеки й поведінки на лещетарських теренах, зокрема Відповідальність Лещетаря (Skiers Responsibility Code), або декалог ФІС – Міжнародної Лещетарської Федерації (Federation Internationale de Ski).	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Продемонструє на початковій горі:	Місце для дати та підпису інструктора
☐	зсування вбік, на пальцях і на п'ятах (side slipping, heel side and toe side);	Місце для дати та підпису інструктора
☐	їхати в порядку повороту на ліво і на право;	Місце для дати та підпису інструктора
☐	затримування на визначеному місці.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Пояснить міжнародну систему маркування лещетарських теренів.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Знає, як правильно падати.	Місце для дати та підпису інструктора
☐	Знає, як вживати різні лещетарські витяги.	Місце для дати та підпису інструктора



Покажіть як "skate" на рівному терені.

Місце для дати та підпису
інструктора