



Вмілість	Сноубордизм II
Рівень	2 проба
Дата початку здачі	
Дата завершення	
Прізвище, Ім'я	

Вимоги до здобувача вмілості

<input type="checkbox"/>	"СНОУБОРДИЗМ II" (Друга проба)	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>		Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	I. Має вмілості "Сноубордизм I" та "Перша допомога-2".	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	II. Має (побажано) власне спорядження для сноуборду.	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	III. Має такі теоретичні знання:	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	1. знає правила безпеки в горах, а також правила поведінки на схилах;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	2. знає зовнішні та механічні характеристики сноуборда;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	3. вміє встановити кріплення в залежності від стилю катання, і знає, які параметри	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	враховувати при встановленні;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	4. знає, як доглядати за спорядженням для сноуборду між катанням/в період міжсезоння. Вміє	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	"напарафінити" "ковзку" поверхню сноуборда.	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	IV. На схилі середньої стрімкості виконає такі технічні елементи:	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>		Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	1. поворот з просковзуванням та перенесенням ваги тіла:	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• пояснить основні принципи повороту та продемонструє його без сноуборда;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже елементи повороту з допомогою вправи "гірлянда";	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• продемонструє одиночні повороти;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже зв'язані повороти;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	2. поворот з просковзуванням та розвантаженням догори:	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• пояснить основні принципи повороту та продемонструє його без сноуборда;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже елементи повороту з допомогою вправи "гірлянда";	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• продемонструє одиночні повороти;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже зв'язані повороти;	Місце для дати та підпису інструктора

<input type="checkbox"/>	3. один з двох поворотів (на вибір):	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	а) поворот з просковзуванням та розвантаженням донизу;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	б) базові карвінгові повороти.	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• пояснить основні принципи повороту та продемонструє його без сноуборда;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже елементи повороту з допомогою вправи "гірлянда";	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• продемонструє одиночні повороти;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• покаже зв'язані повороти;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	4. виконає базові елементи фрістайлу (хоча б 3 з 8):	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• FAKIE;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• СТИБОК ПРЯМО;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• OLLIE/NOLLIE;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• СТИБОК з поворотом на 180 градусів на СХИЛІ;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• ПОВОРОТ через ніс сноуборда (з переднього на передній кант);	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• ПОВОРОТ через хвіст сноуборда (з переднього на передній кант);	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• NOSEWHEELIE;	Місце для дати та підпису інструктора
<input type="checkbox"/>	• TAILWHEELIE.	Місце для дати та підпису інструктора