TEST DI IDONEITA' AL PATTINAGGIO SINCRONIZZATO
contenuto tecnico

GIUDICE/TECHNICAL SPECIALIST: ……

Luogo ……..

Data ……..

1	Incrociati Avanti e Indietro sull' Otto connessi con un mohawk													
2	Sequenza di tre esterni avanti alternati sulla riga													
3	Sequenza di tre esterni avanti ed incrociati indietro su tutta la pista. Un lato per piede													
4	Sequenza di mohawk interni ed incrociati indietro su tutta la pista													
5	Trottola upright di almeno tre giri													
6	Balancè Esterni Avanti													
7	Balancè Interni Avanti													
8	Balancè interni Indietro													
9	Balancè esterni Indietro													
10	Sequenza di angeli esterni ed interni avanti su tutta la pista													
	Idoneo/a	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO	SI NO