



TEST DI IDONEITA' 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 su balance'															
3	Sequenza di tre esterni avanti ed incrociati indietro su tutta la pista. Un lato per piede															
4	Sequenza di mohawk interni ed incrociati avanti su tutta la pista															
5	Trottola upright di almeno tre giri															
6	Balancè esterno avanti															
7	Balancè interno avanti															
8	Balancè esterni Indietro															
9	Balancè interni Indietro															
10	Sequenze di angeli esterni ed interni avanti, eseguiti su piedi diversi e su una curva															
	Idoneo/a	SI NO														

FIRMA.....