



Nivel	Año	Institución de origen
2	1961	Asociación General

## REQUISITOS:

- 1** Tener la especialidad de Natación II.
- 2** Conocer y practicar las siguientes normas de seguridad:
  - a. Nunca esquiar por la noche.
  - b. Nunca esquiar durante una tormenta eléctrica.
  - c. Siempre usar un chaleco de esquí, mientras sale a esquiar.
  - d. Revisar para asegurarse de que la hebilla del chaleco esté bien cerrada.
  - e. Asegurarse de que la cuerda de esquí se encuentre en condición adecuada.
  - f. Asegurarse de que las fijaciones del esquí estén en buenas condiciones.
  - g. Disponer de un observador o un espejo en el bote del esquí.
  - h. Mantenerse alejado de objetos, como los otros esquiadores, nadadores, muelles o de objetos flotantes.
  - i. Si se produce una caída, soltar la cuerda.
  - j. Después de una caída, levantar la mano para indicar que se encuentra bien.
  - k. No estar de pie en el bote del esquí mientras está en movimiento.
- 3** Conocer las siguientes señales de mano:
  - a. Más lento
  - b. Buena velocidad
  - c. Más rápido
  - d. Volver al muelle
  - e. Alto
  - f. Girar
- 4** Poner los esquis en aguas profundas. Ejecutar una arrancada desde aguas profundas sobre dos esquis con una línea completa de cuerda.
- 5** Cruzar con éxito las dos estelas.
- 6** Identificar los siguientes:
  - a. Esquí doble
  - b. Esquí Slalom
  - c. Esquí de Figuras de tipo Trick
  - d. Tabla de rodillas (Kneeboard)