

Skateboarding



Nivel	Año	Institución de origen
2	1986	Asociación General

REQUISITOS:

- 1 Utilizar el siguiente equipo de seguridad y saber por qué debe usarse para el patinaje: casco, coderas, rodilleras, botas altas, guantes con apoyo para la muñeca.
- 2 Nombrar todas las partes de una patineta.
- 3 Desmontar completamente y volver a ensamblar una patineta, re-ensamblando los cojinetes y colocando las tuercas y las tuercas pivotantes en la tensión correcta.
- 4 Demostrar ocho habilidades con la patineta que incluyan algunos de los siguientes trucos y hacerlos a la satisfacción de los instructores en propiedad autorizada. Cinco de éstos deben demostrarse en una rampa de patinaje.
 - a. Serpenteo (Tick Tack) desde la posición de pie en la patineta alcanzado un mínimo de 10 metros sobre el terreno nivelado
 - b. Salto con la patineta (Ollie) un mínimo de 10 cm
 - c. Deslizado por un riel un mínimo de 1 metro
 - d. Entrada y salida en una rampa de 2–3 metros de altura
 - e. Deslizado con giro (Gurreo slide)
 - f. Las 4 ruedas mirando hacia arriba
 - g. Subir en una rampa hasta el borde
 - h. Gota de ácido
 - i. Voltar
 - j. Salto (Ollie) en un canalón
 - k. Rechinar de lado adelante–atrás
 - l. Forjar
 - m. Bomba