

# HOCKEY SKATING TEST 1 冰球滑行一级测试



MBR. NO.# 会员编号 \_\_\_\_\_ SKATER NAME 学员姓名 \_\_\_\_\_

(Family Name 姓氏) (First Name 名字)

BIRTHDATE 出生日 \_\_\_\_\_ GENDER 性别 \_\_\_\_\_ Male 男 / Female 女

DD 日 / MM 月 / YYYY 年

ADDRESS 住址 \_\_\_\_\_

MBR. NO.# 会员编号 \_\_\_\_\_ Examiner 主考官 \_\_\_\_\_

(Family Name 姓氏) (First Name 名字)

MBR. NO.# 会员编号 \_\_\_\_\_ Rink 冰场 / Club 俱乐部 \_\_\_\_\_

HSka1\_sc\_v12a

Send original to: Ice Skating Institute Asia, GPO Box No. 579, General Post Office, Hong Kong SAR China. Make a photocopy for rink or club.  
原件寄交: 香港 邮政总局 邮政信箱 579 号, Ice Skating Institute Asia 收。冰场或俱乐部只需保存复印本。

TEST DATE 测试日期 \_\_\_\_\_

## Maneuvers Required 动作要求

Pass 合格

Incomplete 未完成

1. Stationary Ready Position 静止准备动作
2. Glide in Ready Position (5-8 feet) 准备动作滑行 (5-8 呎)
3. Forward Swizzle 葫芦形滑行
4. One Foot Glide 单脚滑行
5. One Foot Inside Edge (Glide Around Cone) 单脚内刃滑行(围绕路锥)

R 右脚

L 左脚

\* L / R

\* 左/右

## Agility 灵敏 / Balance 平衡

6. Forward Squats 蹲踞滑行
7. Two Foot Stationary Jump 双脚跳 (原地)
8. Two Foot Moving Jump 双脚跳 (滑行)

\* Equipment 装备: Skates, Helmet and Gloves 冰鞋、头盔及手套

TEST RESULT 测试结果

PASS 合格 \_\_\_\_\_

INCOMPLETE 未完成 \_\_\_\_\_

EXAMINER SIGNATURE 主考官签署: \_\_\_\_\_

Comments 评语: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_