

# HOCKEY SKATING TEST 1 冰球滑行一級測試



MBR. NO.# 會員編號 \_\_\_\_\_ SKATER NAME 學員姓名 \_\_\_\_\_  
(Family Name 姓氏) (First Name 名字)

BIRTHDATE 出生日 \_\_\_\_\_ GENDER 性別 \_\_\_\_\_ Male 男 / Female 女  
DD 日 / MM 月 / YYYY 年

ADDRESS 住址 \_\_\_\_\_

MBR. NO.# 會員編號 \_\_\_\_\_ Examiner 主考官 \_\_\_\_\_  
(Family Name 姓氏) (First Name 名字)

MBR. NO.# 會員編號 \_\_\_\_\_ Rink 冰場 / Club 俱樂部 \_\_\_\_\_

HSka1\_tc\_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 郵政總局 郵政信箱 579 號，Ice Skating Institute Asia 收。冰場或俱樂部只需保存複印本。

TEST DATE 測試日期 \_\_\_\_\_

Maneuvers Required 動作要求	Pass 合格	Incomplete 未完成
1. Stationary Ready Position 静止準備動作	_____	_____
2. Glide in Ready Position (5-8 feet) 準備動作滑行(5-8 呎)	_____	_____
3. Forward Swizzle 葫蘆形滑行	_____	_____
4. One Foot Glide 單腳滑行	_____	_____
	R 右腳	_____
	L 左腳	_____
5. One Foot Inside Edge (Glide Around Cone) 單腳內刃滑行(圍繞路錐)	* L / R	_____
	* 左/右	_____
<b>Agility 靈敏 / Balance 平衡</b>		
6. Forward Squats 蹲踞滑行	_____	_____
7. Two Foot Stationary Jump 雙腳跳 (原地)	_____	_____
8. Two Foot Moving Jump 雙腳跳 (滑行)	_____	_____

\* Equipment 裝備: Skates, Helmet and Gloves 冰鞋、頭盔及手套

TEST RESULT 測試結果 PASS 合格 \_\_\_\_\_ INCOMPLETE 未完成 \_\_\_\_\_

EXAMINER SIGNATURE 主考官簽署: \_\_\_\_\_

Comments 評語: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_