

# HOCKEY SKATING TEST 3 冰球滑行三级测试



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 \_\_\_\_\_

HSka3\_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. Straight Line One Foot Pushes 直线单脚蹬冰	_____	_____
	R 右脚	_____
	L 左脚	_____
2. Forward Stride – Rhythm Skating 向前滑行 - 节奏滑行	_____	_____
3. Forward Crossovers Around Circle 前交叉步滑行	_____	_____
– Right Over Left 逆时针	_____	_____
– Left Over Right 顺时针	_____	_____
4. Backward Swizzle 葫芦形倒滑	_____	_____
<b>Agility 灵敏 / Balance 平衡</b>		
5. Forward Two Knee Touch 向前双膝触地	_____	_____
– Stationary 原地	_____	_____
– Moving 滑行	_____	_____
6. Forward One Knee Touch 向前单膝触地	_____	_____
	R 右脚	_____
	L 左脚	_____

\* Equipment: Skates, Helmet, Gloves, Shin Pads and Stick

装备: 冰鞋、头盔、手套、护腿板及冰球棍

TEST RESULT 测试结果 PASS 合格 \_\_\_\_\_ INCOMPLETE 未完成 \_\_\_\_\_

EXAMINER SIGNATURE 主考官签署: \_\_\_\_\_

Comments 评语: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_