

SUOMEN TAITOLUISTELULIITON

TÄHTIDIPLLOMI

TASO 5



osaat hyvin

harjoittele lisää

Perusluistelu eteenpäin _____

Kahden jalan kaarenvaihdot eteen ja taakse _____

Kaaret eteen-sisään _____

Kahden jalan kolmoskäännös _____

Ojennusliuku taakse-ulos _____

Varsahypytyt _____

Avopiruetti + kukkopiruetti _____

Suoritat ensi kerralla samaa tasoa /Siirryt tasolle _____

päiväys

ohjaajan allekirjoitus



www.stll.fi