

Divers

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin**

Band (Jahr): **37 (1980)**

Heft 12

PDF erstellt am: **11.09.2024**

Nutzungsbedingungen

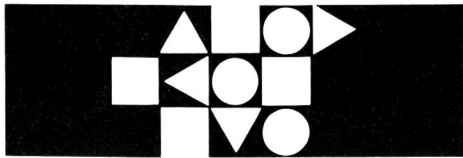
Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



Conditions du test suisse de ski

Interassociation suisse pour le ski

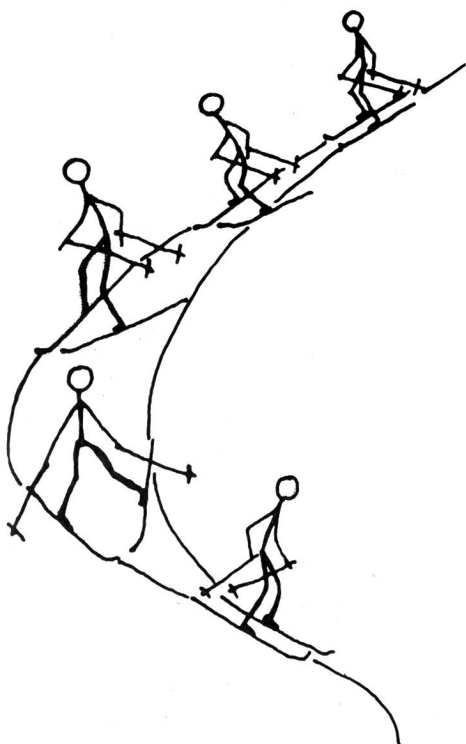
Test 1, bronze

Maîtrise du programme des classes 1 et 2 des écoles de ski.

But international: virage chasse-neige. (virage élémentaire de la position de chasse-neige)

Le test 1 est le certificat sur les bonnes connaissances et l'application des mouvements de base pour la technique du ski. Le juge de test taxera les habiletés suivantes:

1. Marcher en terrain plat et monter avec changement de direction.
2. Descendre dans la ligne de pente.
3. Descendre en traversée dans les deux directions.
4. Freiner en chasse-neige, en terrain facile jusqu'à l'arrêt.
5. Déraper dans les deux directions.
6. Descendre en virages chasse-neige.



Test 2, argent

Maîtrise du programme des classes 3 et 4 des écoles de ski.

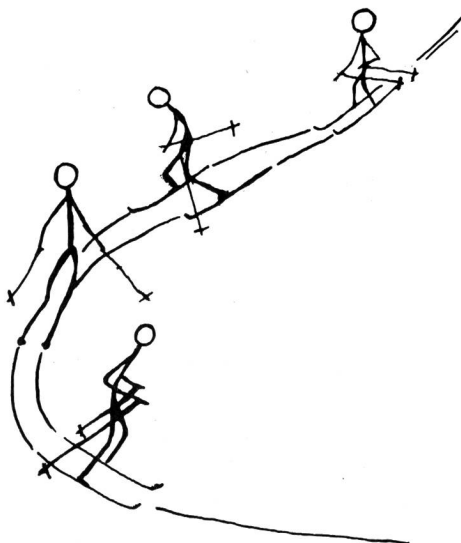
But international: virages parallèles trace ouverte.

Le test 2 est le certificat sur les bonnes connaissances et l'application de la technique du ski. Le juge de test taxera les habiletés suivantes:

1. Accélérer avec des pas de patineur sur une pente douce et sur le plat et sans planté de bâtons.
2. Passer des bosses dans la ligne de pente ou dans la descente en traversée.



3. S'arrêter avec des virages «stop» (virages amonts) de la descente en ligne de pente.
4. Pas tournant dans les deux directions sur une pente peu inclinée dans une neige non préparée.
5. Descendre en stem-virages dans une neige non préparée.
6. Descendre en virages parallèles trace ouverte sur la piste.



Test 3, or

Maîtrise du programme des classes 5 à 7 des écoles de ski.

But international: virages adaptés aux situations.

Age minimum 12 ans.

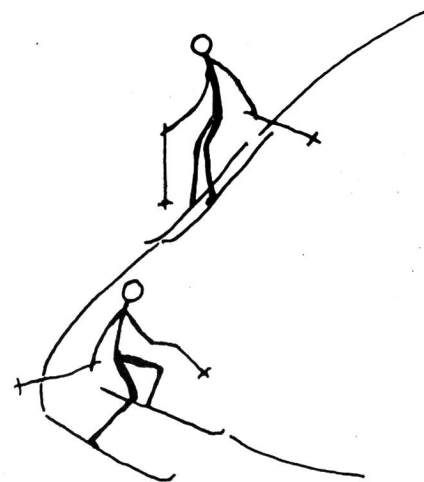
Le test 3 est une distinction pour la maîtrise et la juste application de la technique du ski dans toutes les conditions et de tous les degrés. Le juge de test doit taxer les virages suivants dans les conditions indiquées:

Sur piste:

1. Descendre en virages parallèles trace serrée.
2. Virages courts sur pentes raides.



3. Descendre et virer en technique-OK sur pistes bosselées.
4. Descendre en pédalage de compétition.



En neige tendre

(à défaut, en neige non préparée):

5. Descendre en virages parallèles trace serrée.
6. Virages courts sur pentes raides.

Exigence minimum pour le test 3: note 4 pour les virages courts sur piste et 24 points au total.

Exigence minimum pour le test 1: note 4 pour les virages chasse-neige et 24 points au total.

Exigence minimum pour le test 2: note 4 pour les virages parallèles trace ouverte et 24 points au total.