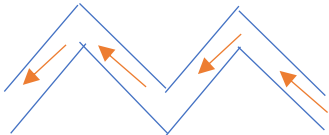
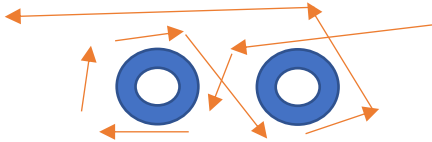
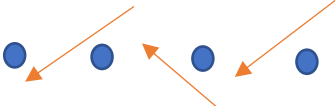

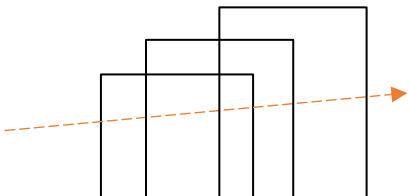

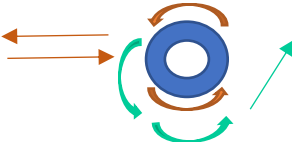


S!-Skate 2022 2. posms (šķēršļu trase)

Šķēršļu pārvarēšana skrituļslidošanā un rollerslēpošanā ir būtiska treniņprocesa sastāvdaļa, jo attīsta skrituļotāju koordināciju, skrituļošanas tehniku un veiklību. Sacensības ir lielisks veids kā pārbaudīt treniņos apgūtās prasmes, kā arī iedvesmot izmantot, dažādot šķēršļus treniņprocesā.

ŠĶĒRŠĻU UN VEIKLĪBAS DISTANCES SKAIDROJUMS

1. Zig Zag	Dalībniekam jāizbrauc trasē no šķēršļiem izveidotais zigzags.	
2. Astotnieks	Dalībniekam jāizbrauc trasē izvietotais šķērslis astotnieka formā	
3. Slaloms	Dalībniekam jāapbrauc šķēršļi pa trasē norādīto pusi (pa labo, pa kreiso, pa labo...).	
4. Pumpa	Dalībnieks pārvar šķērslī, kurš sastāv no vairākām pumpām.	
5. Vertikālie šķēršļi	Dalībniekam jāizbrauc cauri 3 vertikāliem dažāda augstuma šķēršļiem.	
6. Atmuguriski	Dalībniekam jāveic, trasē iezīmētā vieta, atmuguriski.	
7. 360° virpulis	Dalībniekam jāveic 1 pilns apgriezums (360 grādi) vai pusotrs apgriezums ap norādīto šķērslī atkarībā no distances.	
8. Spīlīte	Dalībniekam jāapbrauc šķērslī kājas – plati, kopā – plati.	