

<https://www.intersport-bernik.com/sl/ostalo/rezervacije>

## KARTICE NAPREDKA

### Nivo 1

- Znam drseti na smučeh na ravni podlagi
- Samostojno zapnem in odpnem smuči
- Znam drseti naravnost v klinastem položaju na blagi naklonini
- Samostojno vstanem po padcu
- Znam izvesti zavoj k bregu (J-zavoj)
- Samostojno uporabljam malo vlečnico

### Nivo 2

- Seznanjen sem s FIS pravili
- Znam prečiti progo z izvajanjem počepov
- Znam izvesti zavoj preko vpadnice v klinastem položaju
- Znam navezovati zavoje na lažji modri progi
- Priključim notranjo smučko na koncu zavoja
- Samostojno uporabljam večje vlečnice

### Nivo 3

- Pravilno in pravočasno izvajam vertikalno gibanje
- Znam izvesti obrat na snegu za 180°
- Pravilno uporabljam smučarske palice
- Znam se bočno zaustaviti (hockey stop)
- Znam navezovati zavoje v paralelnem položaju na lažjih modrih progah
- Uporabljam sedežnico in sem seznanjen z rdečimi progami

### Nivo 4

- Znam izvesti zavoj k bregu (J-zavoj) po robnikih
- Znam navezovati zavoje v paralelnem položaju v hitrejšem ritmu (ožji hodnik) z vbodom palice
- Kontrolirano izvedem dvig notranje smučke med zavojem

- Znam spreminjati smer po robnikih na lažjih modrih progah
- Znam izvesti obrat na snegu za 360°
- Znam menjati ritem smučanja na rdečih progah

#### Nivo 5

- Sprejemam varne odločitve na vseh progah v vseh razmerah
- Znam navezovati zavoje po robnikih na vseh modrih progah
- Znam navezovati zavoje v paralelnem položaju na črnih progah
- Kontrolirano smučam na neurejenih podlagah na vseh progah
- Obvladam sinhrono smučanje
- Znam navezovati zavoje po eni smučki na modrih progah



**OKNA KLI LOGATEC®**  
*S čutom do narave že od 1955*

Service računovodstva opreme

Berti Golob, s.p.



040585985



KROVNSTVO · TESARSTVO · KLEPARSTVO  
**TRŠINAR**



**Avtohiša Berus**  
 Novo mesto ☎ 07/37 19 800

