

LATVIJAS ČEMPIONĀTA PIEAUGUŠAJIEM UN
LATVIJAS MEISTARSACĪKŠU JAUNIEŠIEM UN SENIORIEM 2019. GADA 1
POSMA ROLLERSLĒPOŠANĀ

S10 UN V10 GRUPU ŠĶĒRŠĻU BRAUCIENS

1. Stumšanās.
2. Apbraukt apli pulksteņrādītāja virzienā.
3. Apbraukt apli pret pulksteņrādītāja virzienā.
4. Slaloms.
5. Braukšana atmuguriski.
6. Kāpt pāri šķēršļiem ar pielikšanas soli ar labo un kreiso plecu.
7. Skriešana pa zāli no kalniņa un kalniņā.
8. Pietuities zem šķēršļa.
9. Līku loču.
10. Skriešana pa zāli.

P.S. Skatīt video šķēršļu brauciena veikšanas paraugu.