

Nr.	Dip lom a	Oefening G: Goed, V: Voldoende, KB: Kan beter
1	A	Slalom om pilonnen heen (10 pilonnen op afstand van 2 meter). Skeelers parallel. G: alle pilonnen en skeelers parallel V: skeelers niet parallel KB: pilon gemist
2	A	Uitwijkmanoeuvre naar links en rechts in een S-bocht G: door S-bocht V: lukt net om er doorheen te gaan KB: uit de bocht
3	A	4 meter om en om op één been rijden (3 keer om en om 4 meter) Kinderen moeten rechtdoor blijven rijden. Geen afzetbeweging G: rechte lijn, geen afzetbeweging, netjes van links naar recht etc. V: geen rechte lijn maar wel om en om, afzet zichtbaar KB: als 4 meter op 1 been niet wordt gehaald
4	A	Lange stand met linker- en rechter been (6 meter) Rechtdoor blijven rijden G: rechte lijn, gat tussen linker en rechter skeeler in lengterichting uit elkaar, bovenlichaam stabiel V: geen rechte lijn, bovenlichaam minder stabiel KB: geen gaat tussen linker en rechter skeeler in lengterichting
5	A	Links en rechts op het neuswiel rijden, 1 been naar achteren strekken (6 meter) Rechtdoor blijven rijden G: rechte lijn, been goed naar achteren, skeeler achter stabiel V: geen rechte lijn, skeeler achter zwabbert KB: stand niet 6 meter vol kunnen houden
6	A	V-stop in afgebakend gebied van 6 meter lengte In vloeiende beweging tot stilstand komen. Benen goed spreiden alvorens de skeelerpunten naar elkaar te brengen G: vloeiende beweging tot stilstand V: beweging niet vloeiend maar wel tot stilstand komend KB: niet op tijd stilstaan

7	B	Opzij stappen links en recht over hindernis Hindernis aanrijden in lange of brede stand Skate naast de hindernis stapt er het eerste overheen Gecontroleerd doorrijden G: goede been voor en daar mee overstappen, vloeiend V: wel goede been, niet vloeiend (skeelers dicht naar elkaar vlak voor overstappen) KB: met verkeerde been
8	B	Naar voren over een hindernis stappen Hindernis aanrijden in lange stand Voorste skate stapt er het eerste overheen Gecontroleerd doorrijden G: goed been voor en daar mee overstappen, vloeiend V: wel goede been, niet vloeiend KB: met verkeerde been
9	B	Het rijden op de drempel en stappen vanaf de stoeprand Hindernis aanrijden in lange stand Schuine kant in lange stand oprijden In lange stand en skatehouding de stoeprand af rijden Gecontroleerd doorrijden G: continue lange stand en rechte lijn V: wijvelende lang stand KB: niet aanhouden lange stand
10	B	Het stappen op de stoeprand en rijden vanaf de drempel Hindernis aanrijden in lange stand Voorste skate stapt als eerste op de hindernis Bij neerzetten meeveren en tweede been volgt Lange stand aanhouden en van de hindernis af rijden Gecontroleerd doorrijden G: goede been opstappen, lange stand, rechte lijn V: weifelende opstap en lang stand, geen rechte lijn KB: verkeerde been opstappen, geen lange stand
11	B	De schaatsstop in een afgebakend gebied van 6 meter Let op stilstaan G: goede aanvangssnelheid en op tijd stoppen V: aanvangssnelheid is te laag, weifelende stop KB: niet op tijd gestopt

12	B	De bermstop in een afgebakend gebied van 6 meter Let op lange stand om niet te vallen en vertraging op te vangen G: lange stand aanrijden en met voorste skeeler eerste stap maken V: weifelend KB: geen lange stand en niet met voorste skeeler eerste stap maken
13	B	De sleepstop in een afgebakend gebied van 6 meter Tot stilstand in 1 beweging G: goede aanvangssnelheid, in 1 beweging stoppen, op tijd gestopt V: weifelachtig maar op tijd gestopt KB: niet op tijd gestopt
14	B	Het uitvoeren van de parallelbocht links en rechts uitvoeren 180 graden in een fuik, snelheid van 10 km/uur Bij bocht naar links, linker skeeler voor. Bij bocht naar rechts, rechter skeeler voor. Let op snelheid G: lange stand, mooie lijn V: lange stand, geen mooie lijn KB: geen lange stand (geen gat tussen skeelers in lengterichting), verkeerde been voor
15	B	Start en 20 meter doortrekken G: stilstaan en eerst stappen V: stilstaan maar niet stappen KB: weifelend weggrijden
16	B	Overstappen in bocht G: diep, goed ritme V: wel overstappen, geen ritme, niet diep KB: niet overstappen
17	A	Veilig vallen Eerst op knieën, dan armen, kin van de grond, neus naar zijkant