

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

FLOWERSTICK



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2017 r.

Zaliczono wykonanie próby:

Dnia,..... podpis.....

Sprawność przyznano rozkazem:.....

Dnia,..... podpis.....

FLOWERSTICK



Sprawność zdobywana przez:

.....

Opracowanie: KZS, 2017 r.

Wymagania próby na sprawność

1. Opowiedział skąd pochodzi flowerstick.

Zaliczono: data, podpis

2. Własnoręcznie wykonał zestaw flowerstick.

Zaliczono: data, podpis

3. Utrzymał przez co najmniej 20 sekund następujące triki:

- a. tik-tak (ang. tic-tock),
- b. tik-tak podwójny dotyk (ang. clic-clack),
- c. helikopter (ang. helicopter).

Zaliczono: data, podpis

4. Wykonał następujące triki:

- a. podrzut normalny,
- b. podrzut z triku helikopter,
- c. przełożenie pod nogą.

Zaliczono: data, podpis

Wymagania próby na sprawność

1. Opowiedział skąd pochodzi flowerstick.

Zaliczono: data, podpis

2. Własnoręcznie wykonał zestaw flowerstick.

Zaliczono: data, podpis

3. Utrzymał przez co najmniej 20 sekund następujące triki:

- a. tik-tak (ang. tic-tock),
- b. tik-tak podwójny dotyk (ang. clic-clack),
- c. helikopter (ang. helicopter).

Zaliczono: data, podpis

4. Wykonał następujące triki:

- a. podrzut normalny,
- b. podrzut z triku helikopter,
- c. przełożenie pod nogą.

Zaliczono: data, podpis