

**Технические приемы программы аттестации
инструкторов по нормативам ФГССР
горнолыжный спорт
(перечень)**

Раздел III - Документ 3.1.1.

Приводится Комплекс технических приемов курса «Практическая работа на склоне – горные лыжи» по нормативам ФГССР для добровольной аттестации инструкторов по горнолыжному спорту, работающих с клиентами в условиях, исключающих фрирайд, целину, элементы нью-скула.

Комплекс представляет собой версию практического курса, рассчитанную на использование в режиме апробации.

	Технический прием
1	Косой спуск (поворот к склону)
2	Поворот плугом
3	Пологие повороты вдоль линии склона
4	Серия резаных поворотов (к склону) из упора
5	Повороты из упора скользящие
6	Серия скругленных соскальзываний к склону на параллельных лыжах с уколом палкой и подскоком.
7	Скользкий поворот (ОПЛ)
8	Резаные повороты большого и среднего радиуса
9	Резаная змейка
10	Короткие тормозящие повороты
11	Свободный спуск (CP4/2)
12	Прохождение бугров