



EISLAUF



Das solltest du können:

1. Schlittschuhschritt nach vorn, nach links und rechts, übersetzen und rückwärts laufen.
2. Eine Acht fahren und einen Nothalt einlegen.
3. Die Gefahren des Eiseinbrechens kennen und wissen, wie man sich und andere in Sicherheit bringt.
4. Kenne die Regeln auf der Eisbahn:
 - kein Fangen spielen
 - keine Ketten bilden
 - nicht mit Schnelllaufschuhen laufen
 - keine Gegenstände mit aufs Eis nehmen, wie z.B. Stock oder Puck
 - außerdem soll man in der Hauptrichtung laufen und nicht gegen die Richtung
 - auf schwächere Läufer Rücksicht nehmen
 - keine Leute anremeln und besonders nicht solche, die nicht so gut laufen können



JP-F-Eislauf