Rulluisulint SKILL

Rakvere Rulluisuklubi

SPORTIJA MEELESPEA

- VASTUTAN ENDA TERVISE JA SPORTLIKU VORMI EEST ISE
- KUULAN JUHENDAJAT
- RULLUISUTAJA JA RATTUR KANNAB KIIVRIT
- LÄHEN LINDILE SPORTLIKU RIIETUSEGA
- SPORDIVARUSTUSE JA RIIETUSE KÜLJES EI TOHI OLLA TERAVAID EGA LEHVIVAID ESEMEID
- RÜHMATREENINGUL VÕIB MINNA LINDILE KUNI VIIS INIMEST
- LÄHEN LINDILE JA TULEN LINDILT JUHENDAJA LOAL JA SELLEKS ETTENÄHTUD KOHAS
- JOOGIPUDELI PANEN HOIDIKUSSE
- TURVARAKMETE JA LIINI ÜHENDAMISEL PROOVIN KUKKUMISASENDIT
- TREENINGU ALUSTAMISE VALMISOLEKUST ANNAN JUHENDAJALE TEADA JA VÕTAN SISSE SOBILIKU ASENDI
- LINDILT TULEN ÄRA, KUI SEE ON SEISKUNUD JA KALLUTUS ON ALLA LASTUD
- KUI TREENINGU KÄIGUS TEKITAN PRÜGI JA MUSTUST, SIIS KORISTAN SELLE ISE