

BREVET 3

	← Breedte ijsbaan →
<ul style="list-style-type: none"> - Voorwaarts schaatsen - Visgraat - Zonder punten duwen 	
<ul style="list-style-type: none"> - Voorwaartse buitenbogen - 4 à 6 bogen over de breedte - Positie vrij been (mag vrijhangen) 	
<ul style="list-style-type: none"> - Voorwaartse binnenbogen - 4 à 6 bogen over de breedte - Positie vrij been (mag vrijhangen) 	
<ul style="list-style-type: none"> - Voorwaartse zweefstand op rechte lijn L. of R. 	
<ul style="list-style-type: none"> - Achterwaarts schaatsen <p>! moet een echte schaatspas zijn met <u>push</u> !</p>	