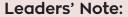


Esquiador

- **1.** Describa cómo cuidar de sus esquís y botas de esquiar.
- **2.** Demuestre lo siguiente:
 - a. cómo cargar sus esquís
 - **b.** cómo ponérselos
 - c. cómo amarrarlos o asegurarlos
- **3.** Demuestre cómo escalar en subida, en posición de tijeras, y cómo dar una vuelta.
- **4.** Ejecute los siguientes movimientos:
 - a. Continuous turns without stopping
 - **b.** Sideslip and go over bumps
- **5.** Esquiar en una elevación y colina para principiantes bajo control y en buena forma.



Adventurers must be accompanied by an experienced instructor. They should also use safety equipment such as helmets and goggles. The instructor will teach what is required in this award.

