SAFE SURFING 3 LEVEL

LEVEL 3 COURSE CONTENT

●基礎サーフィン知識

【安全なサーフィン】（ワークブック　第３章）

【サーフィンギア】（ワークブック　第４章）

●紫外線対策

●環境保護意識

●基礎サーフィンスキル（技術）開発

・白波でパドリングを用いて波（スープ）をキャッチ

・白波をキャッチしジャンプアップする。

・スープ波で左右へターン

・白波でのライディング実演

・フィニッシュ（安全な乗り終わり）

・タイプの違うボードを乗る

ISA

INTERNATIONAL SURFING ASSOCIATION

Surfing's World Governing Authority

Presented to: _____ TEMPORARY

For participation in the Safe Surfing pprogram

Presented by: _____

Date