



### CIRCUIT ARABESQUE AVANCÉ

- Les patineurs peuvent suivre les différentes trajectoires en faisant des arabesques avant, arrière, jambe étirée sur le côté (Y), pied dans la main ou toute autre variation.
- Ils peuvent faire des variations de vitesse, de longueur de tenue de jambe, ajouter des virages et autres mouvements de transitions.

JG 10/08/08