



CIRCUIT PIROUETTE

Pour permettre aux jeunes de visualiser les étapes techniques d'une pirouette, voici un dessin qui peut vous aider :

- La première partie du cœur en bleu est la courbe spiralée, avant ou arrière, et la pirouette elle-même est en rouge pour différencier la courbe de la pirouette et la carre avant de la carre arrière. Ceci peut aussi aider à différencier la carre intérieure de la carre extérieure. C'est un visuel intéressant !

EXEMPLE... Bleu par en avant, rouge par en arrière en petit bonhomme.

Chaque patineur peut avoir son propre dessin pour permettre un travail de groupe avec corrections individuelles à l'autre bout de la glace.

Les patineurs qui sont plus habiles peuvent travailler les pirouettes avec des croisés.