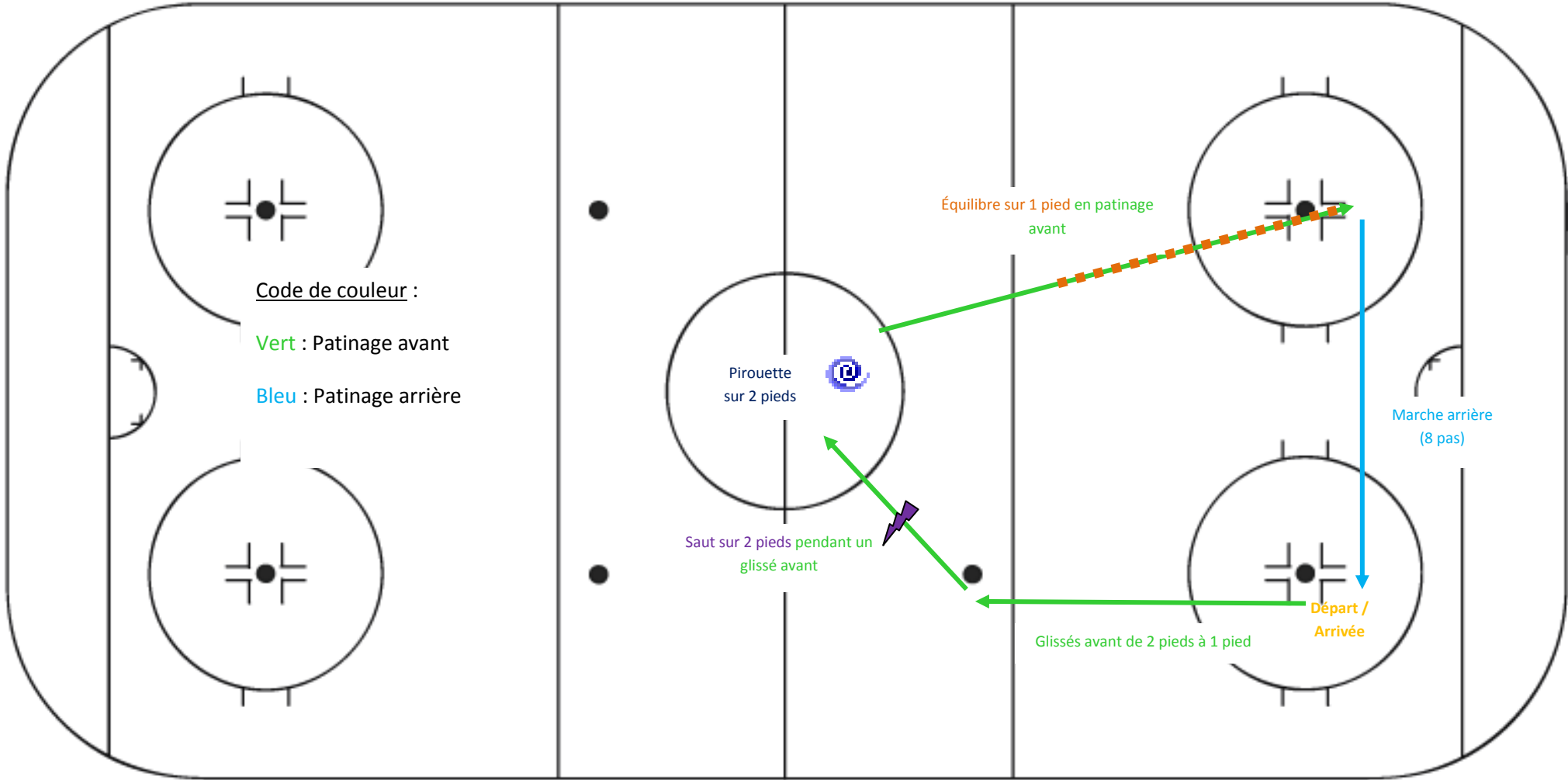


# Circuit étapes 1 et 2



\*\*\* Légende \*\*\*



: Endroit où le patineur doit sauter

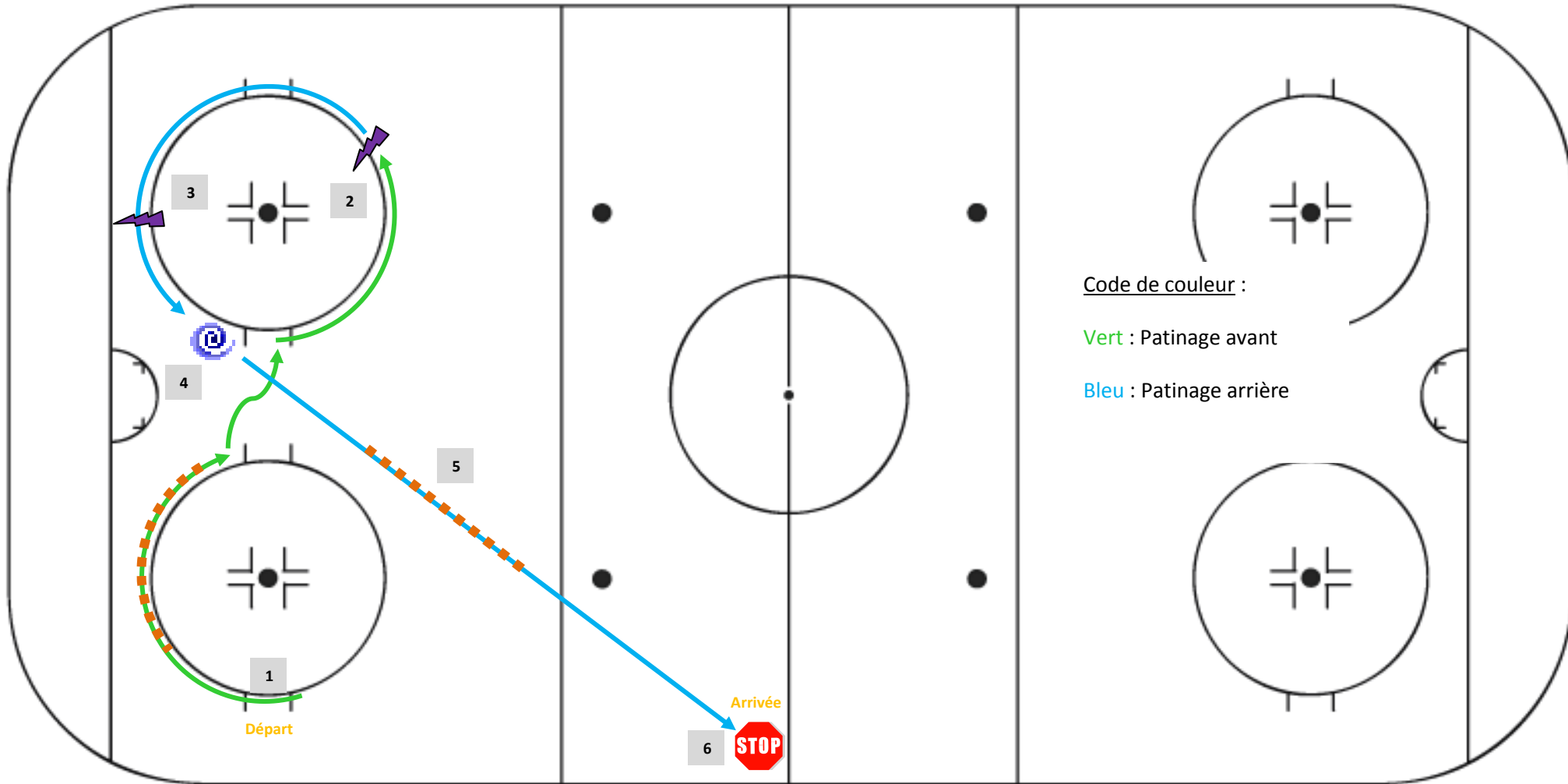


: Endroit où la pirouette doit avoir lieu



: Endroit où le patineur doit être sur 1 pied

## Circuit étape 3



Code de couleur :

Vert : Patinage avant

Bleu : Patinage arrière

Procédure :

1. Glissé sur une courbe de 2 pieds à 1 pied
2. Saut d'avant à arrière
3. Saut d'arrière à avant
4. Pirouette assise sur 2 pieds
5. Glissés arrière de 2 pieds à 1 pied
6. Chasse-neige ou ½ chasse-neige arrière

\*\*\* Légende \*\*\*

■ ■ ■ : Endroit où le patineur doit être sur un pied

⚡ : Endroit où le patineur doit sauter sur 2 pieds

Ⓢ : Endroit où la pirouette doit avoir lieu

STOP : Endroit où le patineur doit être arrêté