

Initiation I et II

Préalable: Ne posséder aucune expérience ou avoir joué entre 10 et 20 parties.

Objectifs:

- Prise de conscience des bases de l'élan (prise, posture, montée, descente, finition)
- Sensibilisation aux coups d'approches et aux coups roulés
- Informations générales sur les règles, l'étiquette et l'équipement

Développement I et II

Préalable: Avoir suivi initiations 1 et 2 ou avoir joué 50 parties et plus.

Objectifs:

- Amélioration des techniques par prise de conscience
- Développement d'une constance dans l'exécution des différents coups
- Augmentation de la concentration
- Découvrir son rythme personnel, son équilibre et l'alignement
- Analyse informatisée de votre élan

Perfectionnement I et II

Préalable: Avoir suivi développements 1 et 2 ou avoir joué une moyenne de 50 parties par année au cours des dernières années ou avoir un pointage de 90 et moins.

Objectifs:

- Exploration des coups spéciaux
- Travail personnalisé avec les composantes techniques de l'élan (vitesse, puissance et précision)
- Prise de données et analyse des situations de jeu
- Préparation à la compétition
- Routine d'avant coup, stratégie
- Analyse informatisée de votre élan

Titre : NIVEAU DES JOUEURS