

NOTE IMPORTANTE.

- 🥌 Curling 201 est une initiative de Curling des Collines et est un cours pilote en développement.
- 🥌 Vos commentaires et propositions seront bienvenus.
- 🥌 Merci à tous les contributeurs. Un merci spécial à Julie Hamel et Jacques Fradette

Curling 201

-  Le but du Curling 101 était de vous donner les techniques de base afin de vous permettre de jouer au curling tout en vous amusant.
-  Le but du curling 201 est de vous faire progresser à un niveau intermédiaire.

Curling 201

- 🥅 6 semaines
- 🥅 2 heures par semaine
- 🥅 Séance hors glace (1 heure)
- 🥅 Séances sur glace (1 heure)
- 🥅 Exercices de pratiques vous seront présentés



Curling 201

- Semaine 1 – Introduction et Communication
- Semaine 2 – Rôles et Responsabilités
 - Évaluation
- Semaine 3 – Control du poids
 - Utilisation du Chronomètre
- Semaine 4 – La stratégie
- Semaine 5 – Les sorties
- Semaine 6 – Le brossage
 - Étiquette