

**FESTIVAL D'HABILITÉS PROVINCIAL
ALL TIDES
Samedi le 19 décembre 2020**



Déroulement de l'événement

(Version du 17 décembre 2020)

HABILITÉS AU SOL TOUTES CATÉGORIES D'ÂGE

- Tous les athlètes débiteront par la station 1 : séquence d'habiletés, évaluées par Laurence St-Hilaire et Geneviève Quesnel.
- Par la suite, l'ordre des stations sera le suivant :
 - Station 2 = Position du carpé assis suivi de la rotation ariane – Évaluateur Laurence St-Hilaire
 - Station 3 = Jambe de ballet – Évaluateur Geneviève Quesnel

Chaque athlète (ou club) a la responsabilité d'apporter son tapis de sol de « type yoga ».

Voici les coupures de station :

	Athlètes débutants à la station 2	Athlètes débutants à la station 2
9-10 ans	1 à 5	6 à 10
11-12 ans	1 à 11	12 à 22
13-15 ans provincial et national	1 à 20 (13-15 prov.)	21 à 35 (13-15 ans prov.) + 1 à 5 (13-15 ans nat.)
16-20 ans et Junior	1 à 9 (16-20 ans prov.)	10 à 16 (16-20 ans prov.) + 1 et 2 (junior)

Bonne préparation !