



CLUB DE CURLING AURÈLE-RACINE SOREL-TRACY

- Semaine 1 : Introduction au curling
- Semaine 2 : Technique du lancer en 3 points et introduction au brossage
- Semaine 3 : Présentation du lancer en 5 points. Brossage
- Semaine 4 : Présentation des notions de rotations.
Présentation de la prise de pierre
- Semaine 5 : Introduction des notions de jeu et trajectoire de la pierre
- Semaine 6 : Révision générale. Introduction à la technique de brossage avancée