



Fédération Suisse de Twirling Baton  
Schweizerischer Twirling Baton Verband  
Federazione Svizzera di Twirling Baton

 **swiss olympic** MEMBER

## DEUXIEME DEGRE

### Mouvements de base de gym

1. Grand battement tendu de face jambe droite et gauche (répéter 2x par jambe).
2. Grand battement développé de face jambe droite et gauche (répéter 2x par jambe).
3. Grand battement rond de jambe droite et gauche (répéter 2x par jambe).
4. Grand battement sauté jambe droite et gauche (répéter 2x par jambe).
5. Préparation à l'illusion : illusion ouverte à droite
6. Préparation à illusion : illusion croisée à gauche.
7. Enchaînement de pas chassés droite et gauche sur demi-pointes.

### Mouvements de danse

1. Pivots : se tenir à l'espalier avec les 2 mains et exécuter avec le pied droit pointé devant, 2 fois 1 tour à gauche.
2. Pivots : se tenir à l'espalier avec les 2 mains et exécuter avec le pied gauche pointé devant, 2 fois 1 tour à droite.
3. Pas de chat à droite et à gauche. Attention, les jambes travaillent en dehors.

### Remarques concernant le jugement

1. Les mouvements doivent être exécutés correctement (cf. vidéo) et maîtrisés. Pour chaque mouvement : équilibre, élégance et fluidité doivent toujours être présents.
2. Taux de réussite : 80%, notamment 8 mouvements acquis sur 10.

FEDERATION SUISSE DE TWIRLING BÂTON



Membre de Jeunesse et Sport, *discipline gymnastique et danse*  
Membre de la World Baton Twirling Federation (WBTF)

