



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



## TROISIEME DEGRE

### Mouvements de gym

1. À choix roue sur une main droite ou gauche ou souplesse en avant.
2. Illusion ouverte à droite.
3. Illusion croisée.
4. Grand écart jambe droite et gauche.
5. Descente en pont et rester 5 secondes.

### Mouvements de danse

1. Demi-pliés dans les 6 positions de danse.
2. Relevés dans les 6 positions de danse.
3. Passages combinés en fentes en 2<sup>e</sup> est 4<sup>e</sup> position de danse.
4. Position cambrée à l'espallier.
5. Pivots twirling : 1 tour à droite et 2 tours à gauche. Les bras sont fermés sur la taille.
6. Arabesque.
7. Saut cabriole de face, de côté et de dos.
8. Grand-jeté jambe droite ou gauche.
9. Tour jeté de face jambe droite ou gauche.

### 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 11 mouvements acquis sur 14.

## FEDERATION SUISSE DE TWIRLING BÂTON



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

