



Restrictions, Solo 2 bâtons

(version août 2010)

Catégorie	Niveau B	Niveau A	Elite
Tours	<p>2 tours Lancé : standard Rattrapage : standard</p> <p>1 tour Lancé : libre Rattrapage : libre</p> <p><i>Lancé main ouverte est considéré comme standard</i></p>	Pas disponible	Libre
Mouvement corporel <i>Statique ou en déplacement</i>	<p>Mouvement corporel difficile sous le bâton Lancé : standard Rattrapage : standard</p> <p><i>Lancé main ouverte est considéré comme standard</i></p>		Libre
Roulés	<p>Interdit :</p> <p>Front rolls <i>Toutes les variantes</i></p> <p>Monster Rolls <i>Partiel ou complet</i></p>		Libre
Matériel de contact	Libre		Libre

Chaque mouvement engendre une pénalité : 1 point par mouvement et par juge



Restrictions, Solo 2 bâtons

(version août 2010)

Lancé standard :

- Vertical main droite ou main gauche (sur le pouce)
- Vertical main droite ou main gauche (à l'envers)
- Horizontal main droite ou main gauche

Rattrapage standard :

- Vertical ou horizontal main droite ou main gauche

Mouvement corporel simple :

Un mouvement qui requiert un **minimum** travail de souplesse, de force, d'amplitude et d'extension.

Exemple : chassé, piqué, sursaut.

Cette catégorie est surtout utilisée au moment du rattrapage ou au moment du lancé.

Mouvement corporel difficile :

Un mouvement qui requiert un **maximum** de travail de contrôle, de souplesse, de force, d'amplitude et d'extension.

Exemple : Illusion, souplesse, roue, tous les sauts, sauté arabesque, attitude, grand battement, cabriole.

Ces mouvements prennent environ 3 temps ou plus.