



**Normes d'évaluation**

<b>Normes</b>			
<b>CRITÈRES</b> *L'évaluation de l'élément ne peut pas dépasser les critères d'évaluation.	<b>BRONZE</b> (en dessous du niveau)	<b>ARGENT</b> (au niveau)	<b>OR</b> (au-dessus du niveau)
<b>Précision*</b> Technique de patinage, symétrie et forme des courbes correctes.		Les carres d'entrée et de sortie du virage sont solides et fortes, avec une bonne évolution et une bonne symétrie.  Le patineur démontre une forte technique de patinage.	
<b>Tenue/clarté</b> Tenue et clarté du mouvement.		Le patineur a une très bonne posture. L'équilibre du tronc est solide. L'axe du corps est satisfaisant et fait preuve de confiance. Les mouvements sont précis pendant toute la durée.	
<b>Qualité des carres</b> Équilibre, maîtrise et profondeur des carres.		Les carres sont bien définies et exécutées avec une bonne profondeur. Le patineur se déplace facilement sur la glace, exécute aisément les changements de direction et maintient un bon équilibre et une bonne maîtrise pendant toute la durée.	
<b>Puissance*</b> Utilisation variée de puissance, de vitesse, d'accélération, d'évolution et de glissé		Le patineur produit facilement de la vitesse et la maintient à l'aide de fortes poussées de la lame. Peut facilement démontrer une accélération et des changements de vitesse à l'aide de tempo varié de la foulée. Évolution et glisse évidentes pendant toute la durée.	
Critères constants <b>Position*</b> Qualité de la position	Position médiocre avec extension limitée. Rupture apparente de l'axe du corps.	Position solide avec extension moyenne. Axe du corps adéquat.	Bonne position avec pleine extension. Axe du corps adéquat.

**Commentaires supplémentaires :**