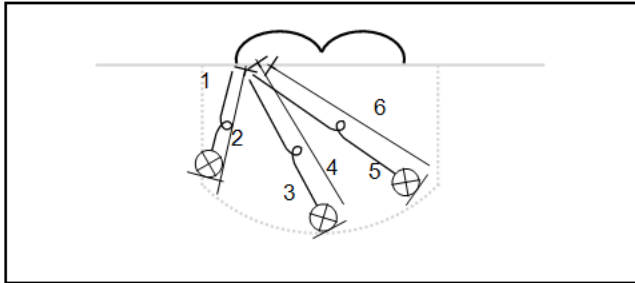


Titre: Glissade pap. - retour en "T" au poteau**Cat #1:** Bantam AA**Cat #2:** Les Gouverneurs**1 -** Glissade papillon vers le pt de maj**2 -** Retour au poteau en "T"**3 -** Glissade papillon vers le centre-avant**4 -** Retour au poteau en "T"**5 -** Glissade papillon vers le pt de maj opp**6 -** Retour au poteau en "T"**7 -****8 -**

___ fois de chaque cotés.

___ minutes.

Points clés:

Glissade précise à chaque point

Bien coller son poteau à chaque départ

Garder la tête haute

Garder une bonne vitesse d'exécution

Notes:

--