Leçons sur vidéo pour les nouveaux joueurs de curling

*Curling Canada – Découvrez le curling – Apprendre le jeu de curling
*Programme scolaire pour débutants - lancement de la pierre sur la glace
*Débuter pour les adultes (Earl Morris)
*Glissade vers l'avant

Jamie Sinclair: Séries 'Apprenez le curling'

1. Équilibre
2. Balayage
3. Position du balai
4. Comment compter les points
5. Lire le tableau des points
6. Position dans le bloc de départ
7. La glissade
8. La poignée et le lâcher
9. Contrôle de la force du lancer
10. Juger la force du lancer
11. Les signaux manuels du capitaine
12. Évaluation des roches
13. Comment aligner le lancer
14. De quoi ont l'air différentes forces de lancer
15. L'utilité de chronomètres
16. La continuité du mouvement (lors du lancer)
17. Zone de garde protégée

Jamie Sinclair: Séries de stratégies

+Stratégie 101: La base
+Stratégie 102: Le jeu avec le marteau
+Stratégie 103: 5 facteurs dans la prise de décision
+Stratégie 104: Zone de garde protégée de 5 pierres

Classe de curling (Matt Bean)

*Équilibre: pas de “c”
+Équilibre : tir les yeux fermés
+Ligne de tir
+5 conseils pour améliorer votre jeu
+Contrôle de la force: Gravir l'échelle
+Contrôle de la force: Distorsion temporelle
*Contrôle de la force: Ligne de tir
+Contrôle de la force: Chronométrage
*Contrôle de la force: Danser en ligne
+Contrôle de la force: joueurs en simples au Royal Montréal
+Juger la force du tir et la communiquer
+Juger la force du tir: restez à l'écart
+Comment aligner les sorties

+Avancer une pierre
+Écarts
+Tir en angle
+L'effet de friction
+Tactiques: Stratégies de base au curling
+Tactiques: Tout lancer vers le centre
+Tactiques: Tout frapper
+Tactiques: Comment combattre avec un adversaire conservateur

Séries de jeu d'échec sur la glace: Stratégies de curling

+Jouer avec le marteau
+Jouer sans le marteau
+Éviter le danger d'une bonne avance
+Voler la dernière manche
+Défendre la dernière manche
+Tentative d'annuler
+Comprendre les doubles mixtes

RLCC Rocks: Formation de base pour le capitaine

+Placer la première pierre
+La position du balai
+Chronométrage et balayage

Tige de lancement
Curling Canada: Apprenez le curling – Tige de lancement
+RLCC Rocks: Démonstration de tige de lancement
+Équipement : Edge Curling Supplies: Démonstration de tige de lancement

*Les règlements du curling – Expliqués

+Comment sont fabriquées les pierres de curling (cette vidéo n'est plus disponible)

+Préparer une glace de championnat – Curling Canada

Mise en forme avec Jamie Sinclair:
+Performances améliorées
+Entraînement en été

Mise en forme: physiothérapie supérieure
+ Exercices d'équilibre au curling

Mise en forme:
SPSC4161 Entraînement de curling: avancé

*=Information pour les verts, premiers, deuxièmes
+=Information pour les joueurs de tous niveaux