
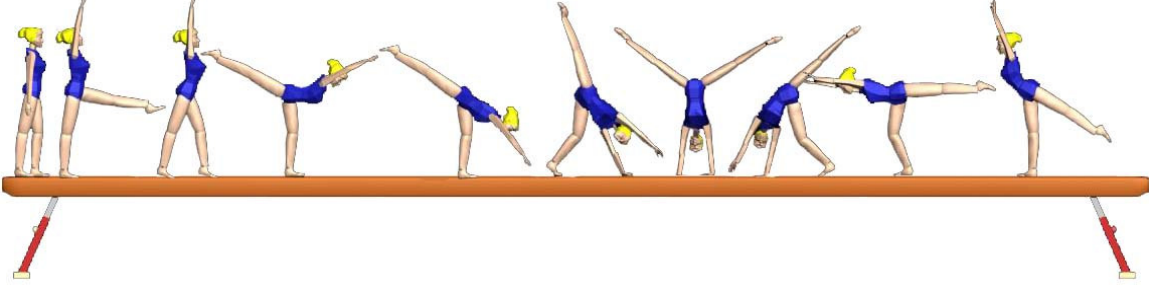
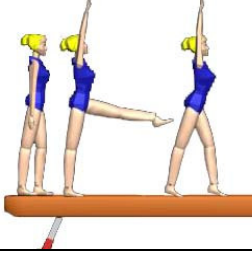
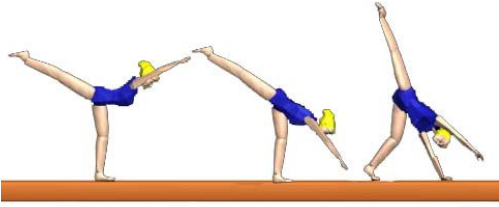


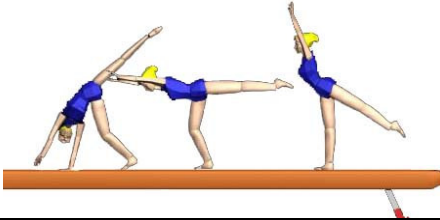


Agrès		Elément	ROUE		N° Fiche
		Besoins Physiques	Se maintenir sur des bras tendus Maintenir l'alignement		
					
Modèle Technique Actuel (Seuls les textes font foi)					
Phase 1	Consignes		Evaluation		
	Placement :		Oui	Non	Déduction si :
	Battement bras aux oreilles, pied dans l'axe, jambe de battement en ouverture et jambe d'appui tendue		+ 1pt	- 1pt	Battement au dessous de l'horizontale
	Conservation de l'alignement bras/tronc/jambe, regard vers les mains		+ 1pt	- 1pt	Fermeture de l'angle bras / tronc / jambes
	Maintien des jambes tendues et bascule du corps vers l'avant		+ 1pt	- 1pt	Flexion de la jambe avant
Phase 2	Consignes		Evaluation		
	¼ tour :		Oui	Non	Déduction si :
	Bascule du corps vers l'avant par abaissement des épaules et battement de la jambe arrière, jambe d'appui tendue		+ 1pt	- 1pt	Fermeture de l'angle bras/tronc ou tronc/jambe ou tête en extension
	Maintien de l'alignement bras/tronc/jambe, regard vers les mains, passage par la planche		+ 2pts	- 2pts	Manque d'alignement bras / tronc / jambes dans la bascule du corps
	¼ tour au dernier moment juste avant la poutre		+ 1pt	- 1pt	Rotation longitudinale effectuée trop tôt
Phase 3	Consignes		Evaluation		
	Pose des mains :		Oui	Non	Déduction si :
	Pose des mains alternatives		+ 1pt	- 1pt	Pose des 2 mains simultanées
	2 ^{ème} rentrée (les doigts de la 2 ^{ème} main regardent la 1 ^{ère})		+ 2pts	- 2pts	Mauvaise pose de mains
	Maintien de l'alignement bras/tronc/jambe, tête droite		+ 1pt	- 1pt	Fermeture de l'angle bras/tronc ou tronc/jambe ou tête en extension
Phase 4	Consignes		Evaluation		
	Passage à la verticale :		Oui	Non	Déduction si :
	Maintien de l'écart de jambes		+ 2pts	- 2pts	Manque d'écart de jambes ou flexion de jambes
	Maintien de l'alignement bras/tronc/jambe, tête droite		+ 2pts	- 2pts	Fermeture de l'angle bras/tronc ou tronc/jambe ou tête en extension
	Passage par l'ATR		1pt	- 1pt	Manque d'alignement bras / tronc / jambes
Phase 5	Consignes		Evaluation		
	Retour en fente :		Oui	Non	Déduction si :
	Retour face au point de départ		+ 2pt	- 2pts	Retour désaxé
	Passage par l'arabesque, jambe d'appui tendue avant la pose du 2 ^{ème} pied		+ 2pts	- 2pts	Fermeture de l'angle bras/tronc ou tronc/jambe ou flexion de la jambe d'appui
	Redressement par bascule simultanée du buste et retour de la jambe arrière		+ 1pt	- 1pt	Fermeture de l'angle bras/tronc ou tronc/jambe
Total de l'évaluation					TOTAL / 20