

LIVRET DU PATINEUR

Nom :

Prénom :

Club :



FFRoller
Sports





Je suis capable de :

-  Me déplacer sans les freins
-  Me propulser en « citrons avant »
-  Me diriger en slalom avant sur 2 patins
-  Tomber sans me faire mal et me relever sans les mains
-  M'équilibrer en « planeur » à l'arrêt
-  M'accroupir en avant
-  M'équilibrer en « fente avant » sur une courbe
-  M'arrêter en avant avec un frein
-  Me retourner sur place
-  Enjambrer un bâton posé au sol

ROULETTE DE BRONZE



*Cachet du CLUB
Nom et signature du juge*



Je suis capable de :

-  Me propulser en « patinage avant »
-  Me propulser en « citrons » arrière
-  Me diriger en slalom avant sur un patin
-  M'accroupir en arrière
-  M'équilibrer en « cafetière » avant
-  M'équilibrer en « planeur » avant sur un cercle
-  M'équilibrer en « cygne » avant
-  M'arrêter sur les freins en arrière
-  M'arrêter en « T »
-  Me retourner sur deux patins d'arrière en avant en roulant
-  Sauter par-dessus un bâton posé au sol

ROULETTE D'ARGENT

*Cachet du CLUB
Nom et signature du juge*



ROULETTE D'OR



Je suis capable de :

-  Me propulser en « patinage arrière »
-  Me diriger en slalom arrière sur deux patins
-  M'équilibrer en « arabesque avant »
-  M'équilibrer en « aigle »
-  M'équilibrer en « cafetière arrière » et en courbe
-  Me retourner d'avant en arrière en roulant
-  Sauter 5 sauts consécutifs par-dessus des plots
-  M'équilibrer en « cygne arrière »

ROULETTE D'OR

*Cachet du CLUB
Nom et signature du juge*





Je suis capable de :

-  Me propulser en « chassés » avant et arrière
-  M'équilibrer en « arabesque arrière »
-  M'équilibrer en « cygne arrière »
-  Me retourner en « mohawk » dedans d'avant en arrière et d'arrière en avant
-  Me retourner en « mohawk » dehors d'arrière en avant
-  Sauter en « pas de géant »



PATIN DE BRONZE

*Cachet du CRPA / Ligue
Nom et signature du juge*

Collez ici
la vignette
Patin de BRONZE



Patin de BRONZE

Je suis capable de :

-  Me propulser en « croisés » avant et arrière
-  M'équilibrer en « arabesque » en avant et en carre
-  Me retourner en « bouteilles saoules »
-  Me retourner avec un « trois » dehors avant gauche et dedans avant droit
-  Sauter un « saut de valse »
-  Sauter un demi-tour sur deux patins d'arrière en avant
-  Sauter un demi-tour avant-arrière réceptionné sur un patin avec une sortie
-  Tourner 3 tours en toupie



PATIN DE BRONZE

*Cachet du CRPA / Ligue
Nom et signature du juge*

Collez ici
la vignette
Patin de BRONZE