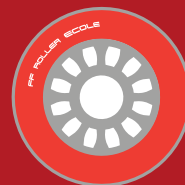




Roue Rouge - Skatepark



La roue rouge est le 4ème niveau du dispositif fédéral développé pour les écoles de patinage. Elle est déclinée dans 3 milieux de pratique différents, ici le skatepark. Elle correspond au niveau de pratique requis pour pouvoir initier au roller.

La roue rouge consiste à réaliser des éléments techniques spécifiques à la pratique en skatepark. L'objectif est d'évaluer votre capacité à vous déplacer sur ds modules.

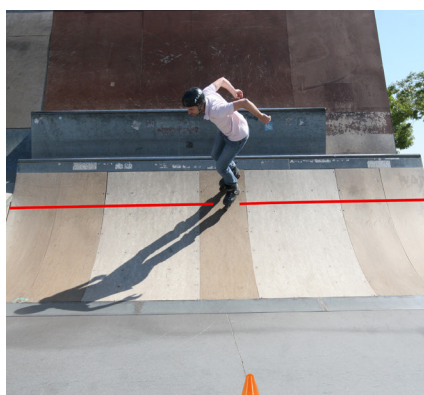
Ce test comprend au total 10 difficultés, il est validé si le candidat en réussit au moins 8.

L'épreuve est obligatoirement évaluée par une personne titulaire d'un diplôme professionnel

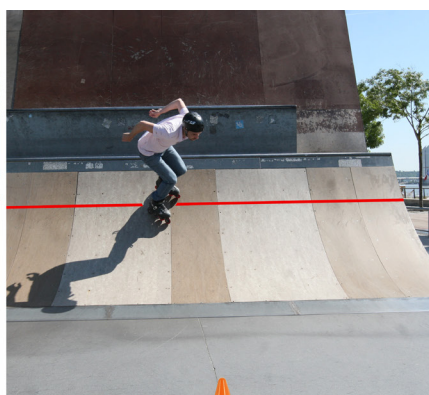
Éléments techniques & Critères de validation

Prise de vitesse sur un module :

En tournant à gauche



En tournant à droite



D'avant en arrière



Sur un module courbe ou incliné d'au moins de 1m50 de haut

- ✓ Le patineur doit gagner de la vitesse grâce à un mouvement de flexion/extension sur le module. Il doit s'arrêter de patiner au repère placé à 5 m du module, puis il doit franchir une ligne tracée aux 2/3 de la hauteur de la courbe. Enfin, toujours sans patiner, il doit revenir au plot à une vitesse au moins égale à celle du départ.

Chuter du haut d'un plan incliné élargi



- ✓ Le patineur roule sur la plateforme du plan incliné et se laisse glisser dans la pente, sans choc.

Chuter dans une courbe



- ✓ Le patineur arrive en roulant depuis le bas de la courbe et se laisse glisser dans la pente, sans choc.



Fédération Française

FFRoller Ecole

Monter un plan incliné en marchant



Sur un plan incliné d'au moins 1m00 de haut

✓ En partant à l'arrêt depuis le bas de la pente, le patineur réalise des pas chassés ou croisés pour atteindre la plateforme, sans l'aide des mains.

Traverser une table de saut



Sur une table de saut d'au moins 1m00 de haut composée d'une courbe, d'un plat et d'un plan incliné de réception.

✓ En gérant sa vitesse, le patineur traverse la table de saut sans déséquilibre.

Sauter dans un plan incliné



Sur un plan incliné d'au moins 3 m de long

✓ En gérant sa vitesse, le patineur réalise un saut d'au moins 80 cm en longueur avant d'atterrir sur le plan incliné, sans déséquilibre.

Réaliser un monkey plant



Sur un rail ou un muret d'au moins 50 cm de haut

✓ A l'arrêt ou en gérant sa vitesse, le patineur passe d'un côté à l'autre d'un rail ou d'un muret en prenant appui sur une main.



Descendre une courbe

Sur une courbe d'au moins 1m00 de haut.

✓ Le patineur part à l'arrêt depuis la plateforme située en haut de la courbe. Il la descend sans déséquilibre jusqu'au plot situé 3 m après la fin du module.



Fédération Française

FFRoller Ecole