



# 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*

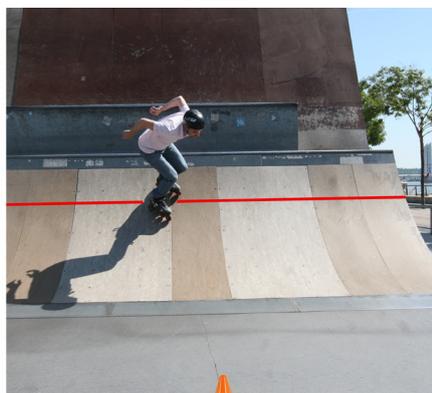
## Éléments techniques & Critères de validation

**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*

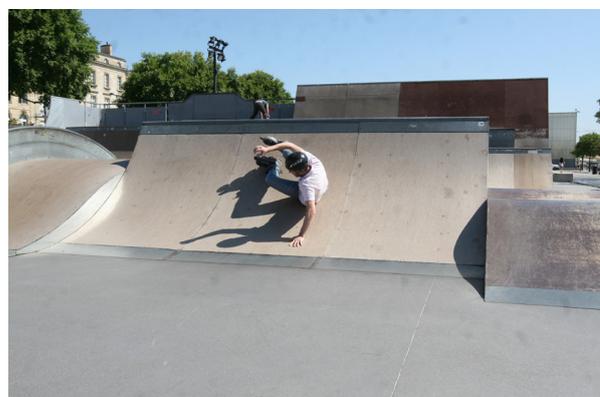
- ✓ Le patineur doit gagner de la vitesse grâce à un mouvement de flexion/extension sur le module. Il doit s'arrêter de patiner au repère placé à 5 m du module, puis il doit franchir une ligne tracée aux 2/3 de la hauteur de la courbe. Enfin, toujours sans patiner, il doit revenir au plot à une vitesse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

**Chuter du haut d'un plan incliné élargé**



- ✓ 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

**FF Roller 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**