

# POLE ESPOIR

## Détection – Fiche d'évaluation

La participation aux Pôles Espoir du Grand Est, est ouverte à tous les athlètes licenciés des clubs de la région Grand Est, affiliés à la FFSTB et inscrits dans les catégories et filières suivantes (solo, duo) :

- Poussines N3,
- Benjamines N3, N2, N1,
- Minimes N3, N2, N1,

Le nombre d'athlètes inscrits au Pôle Espoir est fixé à **45 maximum**.

# Pôle espoir

## DETECTION - FICHE D'EVALUATION

### MINIMA DEMANDE - ELEMENTS DU 1<sup>ER</sup> DEGRES

Les athlètes se présentant à la détection du Pôle Espoir doivent avoir **acquis** certains éléments techniques essentiels.

**Si, et seulement si le minima demandé est acquis, ils peuvent prétendre à la sélection.**

#### Maniement général :

Flip ext. main droite  
Flip int. main gauche  
Flip ext. main gauche  
Flip int. main droite  
Laché épaule

#### Roulés :

Roulé Frontal D et G  
Changements de mains  
Intérieur 1 bras  
Roulé cou à l'horizontal  
Coude éjection  
Fish endroit MD

#### Lancés :

Lancé simple vertical  
Lancé simple Horizontal  
Lancé simple de profil

Les éléments ci-dessous doivent être **acquis avec une réalisation parfaite** (éléments du 1<sup>er</sup> degré). Les athlètes ne seront pas ré-évalués sur ces éléments lors de la détection.

## FICHE D'EVALUATION

Les athlètes seront donc évalués sur d'autres éléments techniques et gymniques, que vous trouverez ci-dessous dans la fiche d'évaluation, mais également sur le travail et la motivation fournis lors sur Pôle Espoir de détection.

Il est fortement conseillé de préparer ces mouvements avant le jour du stage. Une attention toute particulière sur la bonne réalisation des mouvements sera demandée.

L'équipe technique prend également en compte la motivation et l'investissement de l'athlète. L'athlète peut ne pas savoir tout faire mais s'il montre une réelle motivation et l'envie de réussir, nous le prendrons en compte avec beaucoup d'importance.

## FICHE D'ÉVALUATION

Nom :

Prénom :

Catégorie :

Filière :

*A remplir par l'équipe  
technique*

Acquis

En cours d'acquisition

Non acquis

| <i>Lancés</i>                    |  |  |
|----------------------------------|--|--|
| <i>Lancé 1T</i>                  |  |  |
| <i>Lancé 2T</i>                  |  |  |
| <i>Lancé 1T Horizontal</i>       |  |  |
| <i>Lancé passage au sol</i>      |  |  |
| <i>Lancé 1 déboulé</i>           |  |  |
| <i>Lancé roue/Lancé Illusion</i> |  |  |
| <i>Maniement général</i>         |  |  |
| <i>USA de face</i>               |  |  |
| <i>Laché H libre dos</i>         |  |  |
| <i>Flip aveugle</i>              |  |  |
| <i>Pretzel Laché ss bras</i>     |  |  |
| <i>Laché H ssJ MG au sol</i>     |  |  |
| <i>Flip dos MD</i>               |  |  |

*Roulés*

|                         |  |  |  |
|-------------------------|--|--|--|
| <i>Coude Coude</i>      |  |  |  |
| <i>Fish en tournant</i> |  |  |  |
| <i>Bascule x2</i>       |  |  |  |
| <i>2 éjections</i>      |  |  |  |
| <i>Intérieur 2 bras</i> |  |  |  |
| <i>½ fujimi</i>         |  |  |  |

*Eléments gymniques*

|                                |  |  |  |
|--------------------------------|--|--|--|
| <i>Grands écarts</i>           |  |  |  |
| <i>Laché H libre dos</i>       |  |  |  |
| <i>Illusion Endroit/Envers</i> |  |  |  |
| <i>Roue</i>                    |  |  |  |
| <i>Souplesse</i>               |  |  |  |
| <i>Grand jeté</i>              |  |  |  |
| <i>Pied tête</i>               |  |  |  |

RESULTATS

**Admis**

**Refusé**

**Commentaires et Appréciations :**

*(Qualité du travail fourni, motivation, perspective d'évolution...)*

Date : \_\_/\_\_/----

*L'équipe technique*