



TABLEAU DES ENGAGEMENTS

ENGAGEMENTS VERTICAUX	STANDARDS	GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C	GROUPE D	GROUPE
	INTER	0	0,2	0,4	0,6	0,8	1	
N1	0	0	0,5	1	1,5	2	2	2,5
N2	0	0,5	1	1,5	2,5			
N3	0	1	1,5	2				
PLEINE MAIN	V1	Extérieur MD	V2	Rouler poignet + lâcher MD (bâton 3/4)	V11	Extérieur MG		
INTERIEUR OU CHANGEMENT DE DIRECTION			V10	Intérieur MG ou MD	V12	Boucle envers MD ou MG + lâcher		
EN CONTACT AVEC LE CORPS			V4	Ejection coude	V3	Lâcher sous bras	V5	
							V9	
							V40	
							V17	
							V23	
EN MEME TEMPS UN ELEMENT MAJEUR			V19	En même temps que petit jeté			V18	
							V22	V42
DANS ELEMENT MAJEUR			V6	Lâcher autour de la jambe pendant grand jeté + Lancer	V14	Lâcher sous battement	V31	
					V13	MD Sous rond de jambe droite ou gauche	V25	V35
DANS OU PENDANT UN SAUT			V8	En même temps que saut groupé			V26	
MANIEMENT GENERAL AVEC REPERE VISUEL					V7	Maniement général avec repère visuel + Lancer ou Lâcher direct (Claveau, Lâcher épaule + cercle)	V32	
					V33			
SAN REPERE VISUEL					V15		V24	
					V16	Lâcher derrière tête endroit ou envers	V27	
					V17	Lâcher dans le dos	V28	
					V18	MG sans repère visuel + Lancer ou lâcher direct (aveugle même main, Seishi, flip bras tendu, flip int MD rattrapage nuque MD, USA, SD...)	V29	
					V19		V30	

E
3
Lâcher en remontant d'une souplesse (1 seul pied au sol)
Dans illusion
Dans Costal/ Facial

TABLEAU DES ENGAGEMENTS (page 2)

ENGAGEMENTS HORIZONTAUX	STANDARDS	GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C	GROUPE D	GROUPE	
INTER	0	0,2		0,4		0,6	0,8	1	
N1		0	0,5	1	1,5	2	2,5	3	
N2		0,5	1	1,5	2	2,5			
N3		1	1,5	2	2,5				
PLEINE MAIN			H1 Main gauche	H2 Main droite endroit ou envers					
INTERIEUR OU CHANGEMENT DE DIRECTION					H8 Transformation à l'horizontale				
EN CONTACT AVEC LE CORPS				H4 Lâcher sur le dos de la MD en engagement de la MG dans le dos			H11 Lancer frappé jambe ou pied		
				H9 Rouler avec repère visuel + lâcher ou Lancer (fish, rouler bras gauche + bloqué, singer + éjection directe, Hollie rattrapage aveugle MG...)					
				H14 H15 H21					
				H23 En même temps que petit jeté		H3 En même temps qu'un élément majeur (battement/ grand jeté/ pied tête/ Grand écart...)		H22 Flip H dans le costal + Lancer	H12
DANS UN ELEMENT MAJEUR					H10 Sous battement (jambe pliée ou tendue)				
MANIEMENT GENERAL AVEC REPERE VISUEL				H17 Maniement général avec repère visuel + Lancer ou lâcher direct (lâcher sous rond de jambe, lâcher MD à MG sous rond de jambe,...)					
				H5					
SANS REPERE VISUEL					H7 Flip H MG rattrapage autour du cou relance direct				
					H6 H16 Maniement sans repère visuel H + lâcher ou lancer (flip aveugle même main/ libre dos/ sous bras SD/ rappel arrière...)				
				H20 H18					

E
3,5
Lâcher 3/4 horizontal pendant flip arrière

Commission Sportive Pratique FFTB JUIN 24



TABLEAU DES RATTRAPAGES

	STANDARDS		GROUPE A		GROUPE B		GROUPE C				GROUPE D			GROUPE E		
INTER	V	0		0,2		0,4		0,6		0,8		0,8		1		
	H	0		0,4		0,6		0,8				1		1,2		
N1	V	0	0	0,5		1		1,5		1,7		1,9		2,1		2,7
	H	0	0,5	1		1,5		2		2,2		2,4		2,6		3,2
N2	V	0	0,5	1		1,5		2								
	H	0	1	1,5		2		2,5								
N3	V	0	1	1,5		2										
	H	0	1,5	2		2,5										
NON AUTORISE																
PLEINE MAIN	1	Main Droite	2	Main Gauche	3	Main retournée	10	Main retournée avec rotation inversée								
DOS					5	Dos MG/ Taille MG			26	Aveugle MG ou MD						
					14	Dos MD/ Taille MD	90	MR Dos (uniquement pour Maniement Général)								
NUQUE/ SD					8	Nuque MG	16	Nuque MD					50	SD		
SUR LE CORPS								33	Ejection coude (ratrr MD)				36	1/2 intérieur bras + SD	24	Intérieur bras
								88	Bloqué coude							38
EN MEME TEMPS ou DANS UN ELEMENT MINEUR					6	Sous jambe D ou G		22	Sous jambe pliée Main retournée				86	Sous jambe MR en mouvement		
													45	Sous jambe MR en rotation inverse		
EN MEME TEMPS QU'UN ELEMENT MAJEUR					9	Main retournée + illusion							25	En extension dorsale au sol bras tendu (catherine) ou en grand écart		
													48	Pendant éléments majeurs au sol (poisson, virgule...) passage par chandelle		
DANS UN ELEMENT MAJEUR					15	Sous battement MD ou MG							31	Dans illusion endroit	55	Dans illusion main retournée
													75	Dans roue et ses dérivées	55	Dans roue MR
													17	MD ou MG sous rond de jambe	57	Dans la roue avec changement de jambes et ses dérivées
													27	Dans illusion MG	72	Dans souplesse et ses dérivées
													23	Sous battement Main retournée	30	Dans la souplesse MR et ses dérivés
DANS UN SAUT													30	MD ou MG dans "I" penché	47	Sous battement MR en rotation inversée
													28	MR dans le rond de jambe droite	32	Rattrapage en Cambré
SANS REPERE VISUEL													20	Dans illusion non vertical arrivée au sol		
													42	Dans sauts main retournée	53	Dans le grand jeté latéral
													89	Dans fermeture complète		
													56	MG nuque de face (Jason Travers)		