

| | | ECHANGES | LANCERS | | | ROULERS | MANIEMENT GENERAL | |
|-----------|-------------|--|---|-------------|--|--|---|---|
| P- | 0 à 4,9 | | | 0 à 4,9 | | | | |
| P+ | 5 à 9,4 | | | 5 à 9,4 | | | | |
| F- | 9,5 à 13,9 | | | 9,5 à 13,9 | | | | |
| F+ | 14 à 18,4 | E Passe Passe direct sans perte de contact | Lâcher simple sans rotation | 14 à 18,4 | | | | |
| M- | 18,5 à 22,9 | E Passe sans rotation du bâton (H/V) à 2/3 éléments | Lâcher simple sans rotation ratt A Lâcher simple avec rotation | 18,5 à 22,9 | | | | |
| M+ | 23 à 27,4 | E Passe sans rotation du bâton (H/V) à 6 éléments E lâcher sans rotation 5 +1 | Lâcher simple avec rotation ratt A | 23 à 27,4 | | | | |
| B- | 27,5 à 31,9 | E en lâcher à 2/3 éléments | Flip Lâcher simple avec rotation ratt B | 27,5 à 31,9 | | | | |
| B+ | 32 à 36,4 | | Flip ratt A Lâcher sans rotation descente à genoux (de face) | 32 à 36,4 | | | | |
| E- | 36,5 à 40,9 | E en lâcher décalé à 6 éléments | Lâcher avec rotation descente à genoux (de face) | 36,5 à 40,9 | Frontal engt int/ext sur main Frontal engt int/ext sur poignet Frontal engt int/ext sur bras Frontal engt int/ext sur coude Changement de main Changement de poignet Changement de bras = GROUPE FONDAMENTAUX | H Frontal int/ext sur main/poignet = GROUPE FONDAMENTAUX | ½ Fig 8 end / env Fig 8 end / env Cercle frontal end / env Boucle end / env Cercle + boucle end / env = GROUPE FONDAMENTAUX | Mouvement H Fig 8 H = GROUPE FONDAMENTAUX |
| E+ | 41 à 45,4 | E flippé sur place décalé à 2/3 E en lâcher ensemble par tous les éléments 2 B avec changement de Main | L. Simple | 41 à 45,4 | Chg de main enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Fig. 8 sur poignet end/env (4) Latéral sur bras ouvert Nuque Chg de main en tournant Latéral sur bras ouvert + éjection 1/2 intérieur bras Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Educatif Neck roll Ejection end = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 | H rouler autour du pouce H Roulers Main ext/ int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque H Roulers Main ext/ int au-dessus de la tête. H Chg de main en tournant = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 | Flip int/ext Ench pretzel 1er degré Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 | Cercle + boucle H Pretzel lâcher H taille / genoux = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 |
| Supérieur | 45,5 à 50 | | | 45,5 à 50 | Fish end Frontal sur autre bras + chg de bras Coude coude Bascule Ejection env 1/2 éjection (2 ou +) = GROUPE A : Valeur 5 | H Frontal sur autre bras H Bloqué cou D ou G = GROUPE A : Valeur 5 | Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras = GROUPE A : Valeur 5 | Flip H int/ext = GROUPE A : Valeur 5 |

EQUIPE JUNIOR SENIOR

NATIONALE 3

| | | ECHANGES | LANCERS | | | ROULERS | MANIEMENT GENERAL | |
|----|-------------|--|---|-------------|--|--|---|---|
| P- | 0 à 4,9 | | | 0 à 4,9 | | | | |
| P+ | 5 à 9,4 | E Passe Passe direct sans perte de contact | Lâcher simple sans rotation | 5 à 9,4 | | | | |
| F- | 9,5 à 13,9 | E Passe sans rotation du bâton (H/V) à 2 | Lâcher simple sans rotation ratt A Lâcher simple avec rotation | 9,5 à 13,9 | | | | |
| F+ | 14 à 18,4 | E Passe sans rotation du bâton (H/V) à 6 éléments E lâcher sans rotation 5 +1 | Lâcher simple avec rotation ratt A | 14 à 18,4 | | | | |
| M- | 18,5 à 22,9 | E en lâcher à 2/3 éléments | Flip Lâcher simple avec rotation ratt B | 18,5 à 22,9 | | | | |
| M+ | 23 à 27,4 | | Flip ratt A Lâcher sans rotation descente à genoux (de face) | 23 à 27,4 | | | | |
| B- | 27,5 à 31,9 | E en lâcher décalé à 6 éléments | Lâcher avec rotation descente à genoux (de face) | 27,5 à 31,9 | Frontal engt int/ext sur main Frontal engt int/ext sur poignet Frontal engt int/ext sur bras Frontal engt int/ext sur coude Changement de main Changement de poignet Changement de bras = GROUPE FONDAMENTAUX | H Frontal int/ext sur main/poignet = GROUPE FONDAMENTAUX | ½ Fig 8 end / env Fig 8 end / env Cercle frontal end / env Boucle end /env Cercle + boucle end / env = GROUPE FONDAMENTAUX | Mouvement H Fig 8 H = GROUPE FONDAMENTAUX |
| B+ | 32 à 36,4 | E flippé sur place décalé à 2/3 E en lâcher ensemble par tous les éléments 2 B avec changement de Main | L. Simple | 32 à 36,4 | Chg de main enchainés (2 ou +) Chg de poignets enchainés (2 ou +) Fig. 8 sur poignet end/env (4) Latéral sur bras ouvert Nuque Chg de main en tournant Latéral sur bras ouvert + éjection 1/2 intérieur bras Frontal sur autre bras Frontal sur même bras Educatif Neck roll Ejection end = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 | H rouler autour du pouce H Roulers Main ext/ int devant la taille H Latéral sur bras ouvert H Nuque H Roulers Main ext/ int au-dessus de la tête. H Chg de main en tournant | Flip int/ext Ench pretzel 1er degré Flip ext + frappé Pretzel lâcher Claveau (épaule opposée) Cercle + rouler poignet Pretzel lâcher cou | Cercle + boucle H Pretzel lâcher H taille / genoux = GROUPE BASIQUE : Valeur 3,5 et 4 |
| E- | 36,5 à 40,9 | | L. Simple ratt A L. Descente à genoux (de face) L. Horizontal | 36,5 à 40,9 | Fish end Frontal sur autre bras + chg de bras Coude coude Bascule Ejection env 1/2 éjection (2 ou +) = GROUPE A : Valeur 5 | H Frontal sur autre bras H Bloqué cou D ou G | Flip/Lâcher ratt A USA profil / face Pretzel lâcher épaule MR Pretzel lâcher ss bras | Flip H int/ext = GROUPE A : Valeur 5 |

| EQUIPE N3 J S (page 2) | | ECHANGES | LANCERS | | ROULERS | | MANIEMENT GENERAL | |
|------------------------|------------------|---|--|------------------|--|---|--|---|
| E+ | 41 à 45,4 | E flippé sur place en ligne à 5 éléments + 1 différé E flippé sur place ensemble à 2/3 (face a face) 2B (pretzel) E H décalé par 2 éléments Educatif Jonglage (B1 - B2) pour soi Educatif 3 bâtons (B1 engagé par un autre athlète - B2 renvoyé - B3 en main) Educatif jonglage face à face (A1 lance à A2 - A2 lance à A1 en différé - A1 lance à A3 en différé 3 bâtons (Lance B1 + renvoi B2 + B3 sans rotation) | L. Simple ratt B L. 1 Tour twirling L. 1 Déboulé L. Passage au sol (1T au sol) L. H ratt A L. H Descente à genoux (de face) | 41 à 45,4 | Fig 8 sur poignet end bloqué Fish end (1/2T) Ouverture latérale Bloqué nuque D ou G Rouler autour de la jambe = GROUPE A : Valeur 5,5 | H 1/2 Intérieur bras H frontal sur même bras H Bloqué nuque D ou G H Educatif 1/2 Carry = GROUPE A : Valeur 5,5 | Flip/Lâcher ratt B Flip ext + frappé ratt A USA ratt A Cercle + rouler éjection poignet Pretzel lâcher cou ratt même main Pretzel lâcher ss bras + frappé = GROUPE A : Valeur 5,5 | Flip H int/ext frappé Lâcher H ss batt plié au sol = GROUPE A : Valeur 5,5 |
| Supérieur | 45,5 à 50 | | | 45,5 à 50 | Fish env Intérieur bras Coude coude bloqué Coude coude + ouverture latérale Bascules (2 ou +) Rouler sur épaule Bloqué nuque GD ou DG Educatif 1/2 Carry 1/2 Hollie Ejections même bras (2 ou +) Ejections GD Rouler tête Rouler poignet éjection = GROUPE B : Valeur 6 + NIVEAU SUPERIEUR N3 GROUPE B : Valeur 6,5 et 7 | H Bloqués nuque DG ou GD H Ejection = GROUPE B : Valeur 6 + NIVEAU SUPERIEUR N3 GROUPE B : Valeur 6,5 et 7 | Flip/Lâcher ratt C1 Flip ext + frappé ratt B Flip/Lâcher int dos ratt A Flip aveugle Flip taille frontal Flip ss RJ Rouler frontal env sur même bras + SD Pretzel lâcher épaule MR pdt éléments majeur Pretzel lâcher ss bras ratt A = GROUPE B : Valeur 6,5 + NIVEAU SUPERIEUR N3 GROUPE B : Valeur 7 | Flip/Lâcher H ratt A Flip/Lâcher H MD ratt MG par-dessus retournée Pretzel lâcher H dans batt latéral Pretzel lâcher H cou ratt bras tendu = GROUPE B : Valeur 6,5 + NIVEAU SUPERIEUR N3 GROUPE B : Valeur 7 |