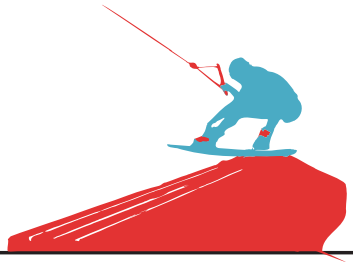
Wakeboard Câble

Relève les défis pour obtenir tes Palo' en Wakeboard câble.



Palo' Blanc

Défi 1	Je connais les règles de sécurité du téléski. Je suis capable d'enlever ma planche de wakeboard dans l'eau et de rejoindre la berge seul.
Défi 2	Je fais mon premier départ en wakeboard câble.
Défi 3	Je ride environ 100m en position correcte : équilibré sur mes deux pieds avec les bras relâchés et le buste droit.

Je suis capable de démarrer en wakeboard câble et de maintenir une position correcte.

Palo' Jaune

Défi 1	Je connais le vocabulaire du wakeboard (Regular, Goofy, Heelside, Toeside, Backside, Frontside, Switch, ollie, Boardslide, Lipslide, Blind, Grab, Slider, Kicker, Box, etc).
Défi 2	Je fais un départ suivi d'un tour complet de câble sans tomber.
Défi 3	J'enchaine des grandes traversées de part et d'autre du câble puis des petits virages rapides.

Je suis capable me déplacer en wakeboard câble.

Palo' Orange

Défi 1	Je fais des dérapages Frontside et Backside.
Défi 2	Je fais un 180 glissé, je ride en switch pendant 10 secondes.
Défi 3	Je fais des 360 glissés Frontside et Backside.

Je suis capable de réaliser des figures glissées en wakeboard câble.

Palo' Vert

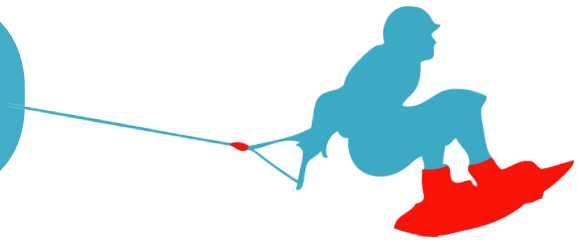
Défi 1	Je prends une Box ou un Slider sans tomber.
Défi 2	Je prends un Kicker sans tomber.
Défi 3	Je prends une Box ou un Slider en Boardslide.

Je suis capable de prendre des modules en wakeboard.

Les Palo'Blanc, Jaune, Orange et Vert peuvent être validés par un Initiateur ou Moniteur Fédéral, un Juge ou Pilote Régional, un BPJEPS, un BEES 1° ou 2°, un Juge ou Pilote National, un DEJEPS, un DESJEPS, un Cadre Technique.

Wakeboard Câble (Suite)

Relève les défis pour obtenir tes Palo' en Wakeboard câble.



Palo' Bleu

Défi 1	Je fais un ollie.
Défi 2	Je fais un ollie 180 et un ollie Grab.
Défi 3	J'enchaine trois ollies différents sans chuter.

Je suis capable de décoller avec ma planche de Wakeboard.

Palo' Rouge

Défi 1	Je prends une Box ou un Slider, je sors en 180°.
Défi 2	Je prends un Kicker sortie 180°.
Défi 3	J'enchaine sans tomber un saut grabé avec un Kicker et une rotation sur une Box ou un Slider.

Je suis capable de faire des figures à l'aide des modules.

Les Palo'Bleu & Rouge peuvent être validés par un Moniteur Fédéral, un Juge ou Pilote Régional, un BPJEPS, un BEES 1° ou 2°, un Juge ou Pilote National, un DEJEPS, un DESJEPS, un Cadre Technique.

Palo' Noir

le Défi	Réaliser un parcours de compétition comprenant au minimum : un 180 en blocage ou sur kicker un saut grabé en blocage ou sur kicker une rotation sur une box ou un slider de 180 minimum

Je suis capable de faire un enchainement de figures en compétition de Wakeboard câble.

Le Palo'Noir est validé en compétition homologuée OU par un cadre technique référent de la discipline OU par un moniteur diplômé d'état habilité par la DTN. Le rideur de niveau Palo'Rouge pourra s'inscrire en compétition avec une licence Loisir.

Tu veux de nouveaux objectifs ?
Lance toi à la conquête
des Palonniers de Bronze,
d'Argent et d'Or

FEDERATION FRANCAISE DE SKI NAUTIQUE & DE WAKEBOARD
FFSNW.FR

Wakeboard Câble (fin)

Prérequis d'entrée en formation d'Etat (BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS) et accès au Haut Niveau.



Palonnier de Bronze

Dame	Réaliser les éléments suivants : Un saut en blocage ou sur kicker avec passage de main Une rotation sur, en entrée ou en sortie de box ou de slider (180 minimum) Un saut grabé en blocage ou sur kicker 1 figure en blocage ou sur kicker parmi les familles suivantes : backroll, frontroll, frontflip, tantrum, raley, rotations off axis.
Homme	Réaliser les éléments suivants : Un saut en blocage ou sur kicker avec passage de main Une rotation sur, en entrée ou en sortie de box ou de slider (270 minimum) Un saut grabé en blocage ou sur kicker 2 figures différentes en blocage ou sur kicker parmi les familles suivantes : backroll, frontroll, frontflip, tantrum, raley, rotations off axis.

Prérequis technique d'entrée en formation BPJEPS Monovalent option Wakeboard.

Palonnier d'Argent

Dame	Réaliser 3 figures différentes parmi les familles suivantes : backroll, frontroll, frontflip, tantrum, raley, rotation on axis (360° minimum), rotation off axis, slide (270 on, Gap ou Transfer).
Homme	Réaliser 4 figures différentes parmi les familles suivantes : backroll, frontroll, frontflip, tantrum, raley, rotation on axis (360° minimum), rotation off axis, slide (270 on, Gap ou Transfer).

Prérequis technique d'entrée en formation DEJEPS et DESJEPS mention ski nautique et disciplines associées.

Les Palonniers de Bronze et d'Argent doivent être validés en compétition homologuée (attestation de résultats signée par le président du jury et par le DTN) OU par un cadre technique référent de la discipline OU par un moniteur diplômé d'état habilité par la DTN.

Palonnier d'Or

Dame	Je suis dans le top 3 des Championnats de France dans la catégorie OPEN.
Homme	Je suis dans le top 5 des Championnats de France dans les catégories JUNIOR & OPEN.

J'ai le potentiel pour accéder au Haut Niveau.