

## Événement de vitesse et de style RIDERS - Évaluation RIDERS

Évaluation pour : \_\_\_\_\_

Complété par : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

### Échelle d'évaluation du développement des compétences :

1. Pas vu -- La compétence n'a pas été tentée ni vue
2. Tentative -- Style maladroit et exécution incohérente
3. C'est bon! -- Exécute la compétence avec un style plus poli dans des conditions contrôlées

<b>Compétences de prise de carre</b>	1	2	3
Virage autour des portes, parcours des bermes et glissement sur les			
Virages avec la partie inférieure du corps			
Équilibre au-dessus de la carre ou sans carre			

<b>Compétences aériennes</b>	1	2	3
Modules de saut et de rouleau			
Exécute les sauts et les modules sur le parcours			
Reste stable dans les airs			
Fait une rotation au-dessus des modules			

<b>Compétences d'équilibre et de position</b>	1	2	3
Tous les modules, en particulier les bermes et les rouleaux			
Utilise la flexion et l'extension pour absorber/mettre pression sur les			
Maintient une position corporelle équilibrée et gère les instabilités			

<b>Compétences de glissement</b>	1	2	3
Modules de boîtes et de rampes			
Glisse sur les modules de jibe			
Glisse sur les modules de jibe avec le pied opposé			

<b>Remarques des entraîneurs</b>