

NIVEAU TECHNIQUE POUR LES TESTS D'ENTREE EN FORMATION

Lors des tests d'exigences préalables à l'entrée en formation (TEP), vous devrez être capable de réaliser une démonstration technique selon votre spécialité : skieur nautique ou wakeboarder

PROFIL SKIEUR	PROFIL WAKEBOARDEUR
EN SKI NAUTIQUE : <i>*En figures</i> (biski ou monoski figures, planche de wakeboard interdite) : - Réaliser 3 traversées de sillage minimum dans une position correcte - Réaliser les 2 dérapages (base et inversé) <i>Dispense : palonnier Bleu en bateau</i> <i>*En slalom</i> : en 2 aller-retour (4 passages) corde à 18 mètres maximum -Homme : réaliser 1 slalom à 46 km/h minimum -Femme : réaliser 1 slalom à 43 km/h minimum <i>Dispense : palonnier noir en bateau</i>	EN WAKEBOARD : -Adopter une position correcte -Réaliser des rollers frontside -Réaliser des rollers backside -Réaliser un 360 glissé -Réaliser 1 traversée de sillage en switch -Réaliser un saut double vague en heelside et toeside -Réaliser 1 saut double vague grabé -Réaliser un 180 double vague <i>Dispense : palonnier bleu en bateau</i>
EN WAKEBOARD : -Sortir de l'eau et adopter une position correcte -Réaliser des rollers frontside -Réaliser des rollers backside -Réaliser un 180 glissé aller-retour -Réaliser 1 saut de vague en approche heelside et en approche toeside -Lâcher le palonnier devant le ponton de départ en toute sécurité <i>Dispense : palonnier orange en bateau</i>	EN MONOSKI : -Sortir de l'eau et adopter une position correcte -Réaliser 1 traversée de sillage avec une position correcte -Réaliser au minimum 3 traversées de sillage avec une attitude correcte -Rester dans le sillage lorsque le bateau effectue son ½ tour -Lâcher le palonnier devant le ponton de départ en toute sécurité <i>Dispense : palonnier vert en bateau</i>