



Sélection Equipe Territoire Bretagne 2022-2023

Date limite de dépôt des vidéos : 31 juillet 2022

Mail : equipeterritoire.twirling@fscf.bretagne.fr (si le format est trop lourd par mail, passez par wetransfer)

Une vidéo par catégorie de mouvements sous le format "NOM-Prénom-Club-Catégorie" Exemple :
"LAIRY-Tifenn-Vern-Lancers"

Tout athlète de tout club (tout niveau et tout âge) a la possibilité de participer. Voici les mouvements demandés pour la sélection des athlètes pour l'équipe territoire Bretagne pour la saison 2021-2022. Pour chaque catégorie de mouvements, il y a des mouvements obligatoires à réaliser et des mouvements bonus qui seront non-obligatoires.

Lancers :

- Lancer 2T
- Lancer illusion
- Lancer accro
- Lancer H au choix
- Lancer personnel original
- Bonus : Lancer 3T, lancer saut ou tour accro, lancer 1T illusion

Roulers :

- Ouverture latérale en tournant (OLT)
- ½ fujimi
- Rouler épaule
- CCV x2
- Série rouler au choix avec 3 roulers minimum
- Bonus : Horloge

MG :

- Lâcher dos horizontal
- Flip épaule-épaule
- Flip aveugle
- USA
- Flip dos MD rattrapage MD
- Bonus : 1 mouvement horizontal au choix et un 1 mouvement vertical au choix

Gym :

- Illusion
- Roue
- Mouvement personnel original
- Bonus : Roue 1 main, coudes, Souplesse, Costal, Facial (souplesse sans les mains), Illusion au sol / renversé, Souplesse arrière, Ecart (latéraux, facial), Grand jeté (latéral, facial), Pont