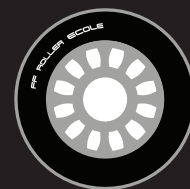




# Roue Noire - Urbain



La roue noire est le 5ème et dernier niveau du dispositif fédéral développé pour l'Ecole de Roller. Elle est déclinée dans 3 milieux de pratique différents, ici la ville. Elle garantit un répertoire technique suffisant pour s'initier à n'importe quel sport de roller pratiqué dans ce milieu.

La roue noire est validée si le patineur exécute avec succès les 10 difficultés. Il dispose de 3 « jokers » pour retenter des éléments non réussis au premier essai.

*L'épreuve est obligatoirement évaluée par une personne titulaire d'un diplôme professionnel.*

## Eléments techniques & Critères de validation

### Freiner et accélérer sur un trottoir étroit et déformé



Sur au moins 100 m, sur un trottoir de moins de 1m20 de large avec poteaux, poubelles et changement de sols.

✓ Le patineur est capable de freiner et de reprendre de la vitesse malgré les déformations du sol et les obstacles.

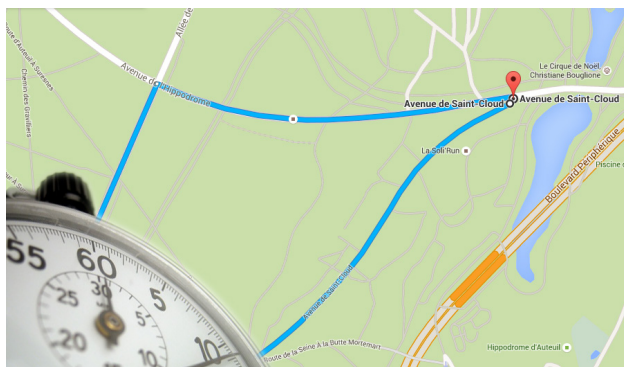
### Rouler dans une pente peu roulante



Passage sur une descente peu roulante de plus de 15 m : herbe, gros pavés, graviers...

✓ Le patineur fait la descente sans déséquilibre important.

### Parcourir une distance de 6 km en moins de 20 min



Parcours aux proportions de côtes et de descentes approximativement équivalentes (si dénivelé), les pentes ne doivent pas représenter plus de 10% du parcours total.

### Descendre un escalier en roulant



Sur au moins 5 marches

✓ Le patineur descend les marches en roulant.



Fédération Française

**FF Roller Ecole**

## Franchir une barrière



D'une hauteur comprise entre 0m80 et 1m10

- ✓ Le patineur dispose de 5s pour passer d'un côté à l'autre de la barrière, sans chute.



## Monter un obstacle en sautant



Un bloc de 40 à 60 cm de haut ou un ensemble de 3 à 4 marches.

- ✓ Le patineur prend une impulsion à 2 pieds pour monter les marches ou le muret

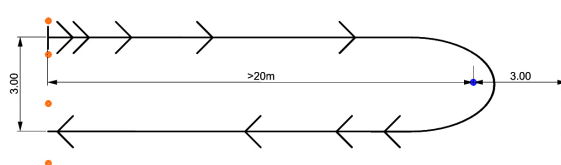
## Rouler sur une bordure de trottoir sur 1 patin



Sur une bordure de trottoir d'au moins 10m contenant un « bateau »

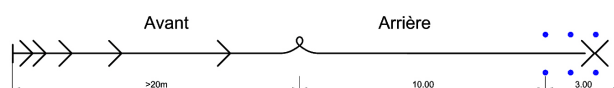
- ✓ Le patineur reste sur un seul pied sans poser l'autre entre les 2 repères espacés de 10m, sans mordre sur le trottoir.

## A grande vitesse, gérer un virage en épingle



- ✓ Le patineur a 10s pour réaliser un parcours comprenant deux lignes droites de 20m et un virage à 180°

## Freiner en arrière



- ✓ Après une accélération et un retournement, le patineur est capable de s'arrêter dans une zone de 3m de long par 2m de large.

## Freiner en descente



Dans une pente raide d'au moins 50 m de long.

- ✓ A grande vitesse, le patineur s'arrête au milieu de la pente.



Fédération Française

**FFRoller Ecole**