

Germain—Manon

Évaluation subjective de la figure sur \*\*\*\*\*

Difficulté\*\*\* ; Risque\*\* ; Énergie (P:porteur)\*\*\*(V:voltigeur)\*\*\* ;

Spectaculaire\*\*\* ; valeur 0.7/1

# Saut de tête sur porteur assis



La voltigeuse prend un élan et vient poser ses mains sur les épaules du porteur qui est déjà en position assise, coudes appuyés sur ses genoux.

La voltigeuse vient poser ses mains sur les épaules dans les mains du porteur et donne une impulsion jambe conséquente.

La voltigeuse place son dos à la verticale, tête en extension pour **éviter également un choc avec la tête du porteur**. Ici, les jambes de la voltigeuse sont pliées pour permettre la rotation, mais plus l'impulsion est importante, plus les jambes peuvent être tendues pendant le mouvement.

Au passage de la voltigeuse à la verticale, le porteur a la charge maximale.



La verticale passée, les 2 acrobates opèrent une poussée simultanée des bras pour prendre de la hauteur et permettre la rotation de la voltigeuse.

Le porteur continue sa répulsion bras pour aider sa partenaire à terminer sa rotation

La voltigeuse se réceptionne sur un pied (ici, son choix a été de se recevoir sur son pied d'appel, plus puissant)

Le fait de décaler les pieds à la réception permet un atterrissage plus souple, et un blocage du mouvement par le pied avant.