



**DISQUE TECHNIQUE**

**Kristjan CEH** (Slovénie) **68,75m**

**U23 WORLD RECORD !**

**23-06-2020 Maribor**



## **Kristjan CEH**

né 17-02-1999

2,06m

Slovénie

Champion Europe Espoirs 2019.

A seulement 21 ans , il a fait mieux que la meilleure performance mondiale espoirs détenue avec 68,60m par Wolfgang SCHMIDT en 1976



Balancer préliminaire

Torsion maximale tronc



Entrée

Pivot gauche

Suspension



Action  
jambe  
droite



Reprise  
pied  
droit

pivot  
pied  
droit

Finale

Reprise équilibre

**DISQUE  
TECHNIQUE  
Kristjan CEH  
(Slovénie)  
68,75m**

## Le Balancer préliminaire



Départ



DISQUE  
TECHNIQUE

**Kristjan CEH**  
(Slovénie)

**68,75m**

Torsion maximale tronc



COMMENTAIRE : Un balancer préliminaire assez particulier avec une grosse flexion des jambes à  $90^\circ$ , un transfert du poids de corps sur l'appui droit et une remontée incomplète avec le tronc qui reste fléchi en avant au moment de la torsion maximale. Très grande amplitude de mouvement.



### Entrée

**COMMENTAIRE :** L'entrée commence par un net transfert latéral du poids du corps avec la hanche gauche venant au dessus de l'appui gauche . Le tronc est toujours incliné en avant au moment où le pied droit quitte le sol avec une recherche d'ouvrir loin vers la gauche avec le bras gauche .

### Pivot gauche

**COMMENTAIRE :** Le haut du corps conduit le pivot mais sans intention d'ouvrir agressivement ni vraiment "d'écraser" l'appui gauche pour "rebondir" vers l'avant . Au contraire, le tronc se redresse en fin de pivot. Le pivot est complet au moment de l'attaque de la jambe droite.

**DISQUE  
TECHNIQUE  
Kristjan CEH  
(Slovénie)  
68,75m**



**En tant que visiteur vous avez eu un accès gratuit à une partie de ce document. Le document complet est réservé aux membres . Pour devenir membre et avoir accès à TOUS les documents de ce site , voir les conditions sur la page d'accueil...et bienvenue au club !**

**DISQUE TECHNIQUE**  
**Kristjan CEH**  
 (Slovénie)  
**68,75m**

Action jam

COMMENTAIRE  
 jambe libre est  
 elle passe tend  
 mais l'action du  
 commence très t  
 montre très haut  
 droite et son acti  
 l'impulsion du pie  
 une suspension im

(attention importante) Les  
 yeux sont proches. Le tronc est  
 relativement redressé.

COMMENTAIRE : Malgré sa pose  
 e à plat, le pied droit  
 immédiatement et  
 ment . L'épaule gauche  
 est bien fermée et le pied  
 gauche vient se planter  
 verticalement TRES  
 RAPIDEMENT en ouvrant par le  
 genou ! Excellent !