



JAVELOT : **Felise VAHAI SOASAIA** (WF / NCL / FRA)

Né le 30-07-1999

Taille : 1,91m Poids 90kg

Clubs Successifs : CA Kafika (WF) CA Jules Garnier (NCL)

Entraîneur : Eric REUILLARD



PROGRESSION au JAVELOT

800g

2021 : **73,15m**

2020 : 65,13m

2019 : 62,49m

2018 : 63,65m

2017 : 57,03m

700g

2016 : 57,81m

600g

2014 : 42,33m



Autres records perso

100m : 11"6

Hauteur : 1,85m

longueur : 6,68m

Triple saut : 14,14m

Poids 6 : 14,42m

Poids 7 : 12,45m

Disque 2 : 44,40m



from original video courtesy of Eric REUILLARD



JAVELOT : **Felise VAHAI SOASAIA** (WF / NCL / FRA)

COURSE D'ELAN : PLACEMENT ET APPROCHE DU HOP

Dans cette phase , Felise a son style personnel. A partir d'une position pointe très basse dans la course préparatoire , il déclenche le placement sur le passage pied droit sur la marque et place son javelot très à plat sur une foulée "bondissante" . La main droite est bien au dessus de la ligne des épaules . Le tronc se penche progressivement en arrière . Les appuis sont très actifs et le lanceur fait face à droite sans rotation exagérée du tronc .Très bien.





from original video courtesy of Eric REUILLARD



JAVELOT : Felise VAHAI SOASAIA (WF / NCL / FRA)

Le "hop" a été bien préparé par les foulées d'approche . Il y a une impulsion bien contrôlée de l'appui gauche . La jambe et le genou gauches attaquent vers le haut et l'avant mais sans forcer exagérément le geste . La position pendant la suspension et avant la reprise d'appui est absolument remarquable . Le javelot n'a pas bougé . L'inclinaison du corps est importante mais pas exagérée . Avant la pose pied droit (noter que la pointe du pied rentre bien à l'intérieur pour faciliter la réaction à la pose) , les deux pieds sont proches l'un de l'autre et le pied gauche déjà un peu en avant . Parfait ! .



COURSE D'ELAN : LE "HOP" IMPULSION et SUSPENSION



JAVELOT : **Felise VAHAI SOASAIA** (WF / NCL / FRA)



LE "HOP" : REPRISE D'APPUI DROIT - PREPARATION DU BLOCAGE

Le hop étant excellent , la reprise d'appui droit l'est également . Le pied droit "roule en tampon buvard" alors que le haut du corps "attend" incliné en arrière , javelot placé. L'épaule gauche est haute , le bras gauche allongé et fermé . L'action en roulement du pied droit est prolongée par le genou droit qui "enfonce" vers l'avant . Il n'y a pas de réaction vers le haut mais un transfert des vitesses et des forces horizontales de l'élan vers la jambe gauche en prévision du blocage . Dommage que la jambe gauche aille un peu trop loin ce qui cause le début de flexion du bras lanceur qui ne peut plus "attendre". Bonne présentation du côté gauche "aligné" avant le blocage .





JAVELOT : **Felise VAHAI SOASAIA** (WF / NCL / FRA)



En tant que visiteur vous venez d'avoir accès gracieux à la moitié de ce document technique. Vous pourrez accéder à l'ensemble du document en devenant membre

Pour devenir membre , suivez les instructions contenues dans la page d'accueil (elles sont en Français)
Cliquez sur le drapeau

En tant que membre vous aurez non seulement accès à ce document mais à plus de **600 documents** contenus dans ce blog , y compris dans la partie Littérature .

BIENVENUE AU CLUB !!!





LES MEILLEURS LANCEURS DU PACIFIQUE (tous temps)



JAVELOT "Piqueur" Normes 1986

Perf	Nom prénom	Année	Territoire
82.39m	SIAKINUU SCHMIDT Gaétan	2002	NCL
80,34m	TIPOTIO Vitoli	2002	WF
79,90m	LAKAFIA Jean Paul	1989	NCL
79,05m	KITEAU Joachim	2002	NCL
77,62m	TUPAIA Teuraiterai	2021	Tah
77,36m	FAKATAULAVELUA Fapiano	1987	WF
76,20m	HALAGAHU Iolohea	1992	WF
75,00m	TAUHAVILI Peta	1987	NCL
74,90m	SISELO Soane Patita	1988	WF
73,33m	ROULET Mathieu	2001	FRA -NCL
73,15m	VAHAI SOSAIA Felise	2021	WF
73,04m	TAUOTA Peli	1987	WF
72,54m	LAKALAKA Gilbert	1987	WF
72,18m	LUTUI Penissio	1986	WF
71,82m	PANUVE Sepeliano	1986	WF
71,52m	TEREBO Jean claude	1992	NCL
70,76m	LAKALAKA Roger	1991	WF
70,61m	LIUFAU Fapiano	1999	WF
70,42m	TAPAIO Joseph	1993	NCL
69,62m	ULUTUIPALELEI Tomasi	1986	WF

JAVELOT "Planeur" Jusqu'à 1986

Perf	Nom prénom	Année	Territoire
86,60m	LAKAFIA Jean Paul	1985	NCL
83,46m	LUTUI Penissio	1979	WF
81,70m	TUITA Lolesio	1973	WF
80,76m	TAUHAVILI Peta	1982	NCL
80,16m	WAKALINA Petelo	1966	NCL
79,04m	FAKATAULAVELUA Fabiano	1985	WF
77,80m	ULUTUIPALELEI Tomasi	1982	WF
77,50m	TAUOTA Peli	1982	WF
76,76m	SISELO Soane Patita	1984	NCL
76,64m	MULILOTO Folotine	1981	WF
76,38m	SIAKI Henri	1984	NCL
76,20m	TUUGAHALA Jean Marie	1982	WF
75,20m	LAKALAKA Gilbert	1985	WF
75,10m	HEAFALA Sui	1982	WF
73,14m	PANUVE Sepeliano	1984	WF
73,08m	TOLUAFE Paul	1966	NCL
70,70m	PUAKA Vito	1981	NCL
70,38m	SUVE Soane	1985	NCL