



Tom REUX
(France)

Né : 24-02 1999
26 ans
RP : 67.91m 2024
Coaches :
Regis QUERARD
Didier POPPE



Etienne ROUSSEAU
(Australie)

Né : 28-02 2003
22 ans
RP : 57.18m 2025
Coach :
Didier POPPE

Analyse comparative
REUX contre ROUSSEAU
+ 12 phases analyse comparative
REUX – ROUSSEAU vs ALEKNA

Tom REUX (France) Etienne ROUSSEAU (Australie)



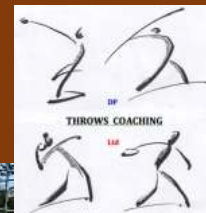
POSITION DE DEPART

BALANCER DU TRONC PRELIMINAIRE

TORSION MAXIMALE DU TRONC



Tom REUX (France) Etienne ROUSSEAU (Australie)



F 00



F 19



F 34



F 43



F 48



F 54



TORSION MAXIMALE DU TRONC

ENTREE

PIVOT PIED GAUCHE

SWING JAMBE DROITE

F 00



F 10



F 15



F 21



F 24



F 27



Tom REUX (France) Etienne ROUSSEAU (Australie)



F 54

F 57

F 61

F 66

F 72

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 !

© ERWIN SUVAAL 2021

ATTAQ

GAUCHE

F 27

F 29

F 32

F 35

F 37

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 !

© ERWIN SUVAAL 2021



PE

Tom REUX (France) Etienne ROUSSEAU (Australie)

COMPARAISON 12 POSTURES avec Mykolas ALEKNA



1-Torsion de tronc maximale



2- Entrée : Faire le pont

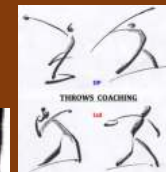


3- Entrée : Pied droit quitte le sol



4-Pivot gauche – Jambe libre sur ligne médiane



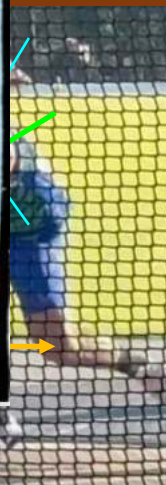
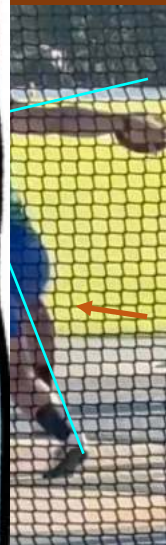
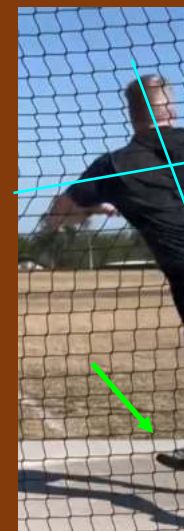
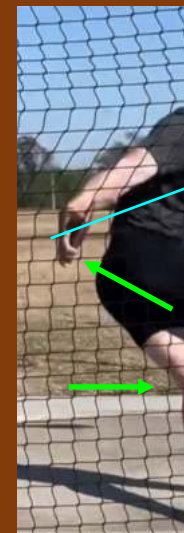


5-F

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 !

© ERWIN SUVAAL 2021



Tom REUX (France) Etienne ROUSSEAU (Australie)

COMPARAISON 12 POSTURES avec Mykolos ALEKNA



9-Pivot pied droit – Ouverture genou gauche



10-Pose pied gauche



11- Frappe du côté droit



12-Le disque quitte la main



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 !



1-To
Pos
3 at
tens

4-Pi
pas
face
de t
ress
jave

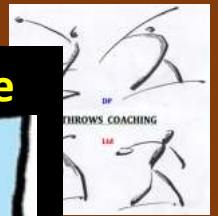
7- Su
suspe

9-Piv
gauc
son k
12h0
l'arri

déjà du haut dans la phase suivante

redresse

montant



jours
/tronc.
genou

s de
uche
éparer
has a
op au

ekna
gin à
avec
plat
e en



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 !



FR

CO

RE
59
RE
67
RO
57
AL
74

es
nces
atives
lèvent
estions