

# Dossier d'inscription aux sélections du BP JEPS APT-LTP 2022 - 2024



Formation ouverte à l'apprentissage

- Dates de la formation : 17 OCTOBRE 2022 au 19 JANVIER 2024 à Nantes
- Sélections d'entrée : 13 et 14 SEPTEMBRE 2022 à Nantes
- Positionnement obligatoire : les 12 et 13 OCTOBRE 2022

Date limite de dépôt du dossier :  
**01 SEPTEMBRE 2022**

Retour à : FAL44 FORMATION  
9 rue des Olivettes – BP 74107  
44041 NANTES cedex 1  
(mail : formation@laligue44.org)

## ■ Etat Civil

Nom

Prénom

Nom de jeune fille

Photo

Date de naissance

lieu de naissance

Nationalité

N° Sécurité sociale

Adresse

N° de téléphone

fixe

port.

E-mail :

## ■ Votre statut durant la formation

**Demandeur-euse d'emploi**

*(possibilité de prise en charge par la Région PDL – (cf page 5)*

**salarié-e**

*(CPF – plan de formation de l'employeur, etc...)*

**Intéressé.e par un contrat d'apprentissage** (cf page 6)

Êtes-vous adhérent à la Ligue de l'enseignement-FAL44 ? OUI  NON

Si oui, êtes-vous : bénévole  responsable de section  membre du Conseil d'Administration

Avez-vous suivi une formation ou travaillé à la Ligue de l'enseignement –FAL44 ?

(Exemples : BAFA, CQP, PSC1, formation bénévole, service civique,...) précisez :

.....

# FORMATION

## ■ Formation initiale

Sortie de formation initiale depuis : (date) ...../...../..... ou mois et année : .....

			Préciser la spécialité si besoin	Diplôme obtenu	Niveau atteint
<b>Enseignement général</b>					
	<input type="checkbox"/>	Sans diplôme			
<b>Niveau 4</b>	<input type="checkbox"/>	BAC		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Niveau 5</b>	<input type="checkbox"/>	DEUG / DUT		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Niveau 6</b>	<input type="checkbox"/>	Licence		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	Maitrise		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	autre :		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Titulaire du PSC1 ou STT :    oui                     non  \*

\* vous devrez impérativement avoir fourni le PSC1 avant les sélections d'entrée (ou fournir un courrier d'inscription à une session)

## ■ Diplômes pré-requis pour les T.E.P.

**Si vous n'êtes titulaire d'aucun de des diplômes ci-dessous, vous devrez passer les tests physiques (voir page 8)**

### ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS - Animation socio sportive

<input type="checkbox"/>	BEES
<input type="checkbox"/>	Licence STAPS
<input type="checkbox"/>	D.E. sports de montagne
<input type="checkbox"/>	T.E.P. APT déjà acquis précédemment (et à partir de janvier 2020)

**Si vous n'êtes titulaire d'aucun des diplômes ci-dessous, vous devrez fournir une attestation justifiant d'au moins 200h d'expérience en animation de groupe (voir page 8)**

### LOISIRS TOUS PUBLICS - Animation socioculturelle

<input type="checkbox"/>	BAFA	<input type="checkbox"/>	BAPAAT option « loisirs du jeune et de l'enfant
<input type="checkbox"/>	BAFD	<input type="checkbox"/>	CQP animateur périscolaire
<input type="checkbox"/>	BEATEP- préciser votre option : .....		
<input type="checkbox"/>	BP JEPS – préciser votre option : .....		
<input type="checkbox"/>	BAC pro agricole (toutes options)		
<input type="checkbox"/>	BAC pro service de proximité et vie locale		
<input type="checkbox"/>	BP délivré par le ministère de l'agriculture (toute spécialité)		

# 1. Partie ACTIVITES PHYSIQUES POUR TOUS

## ■ Expérience

Pratique sportive :

Sport(s) pratiqué(s) :

Expérience dans l'animation sportive :

## ■ Motivation

Votre motivation en A.P.T. :

## ■ Avez-vous un projet professionnel ?

(fonctions, type de structure envisagée, public souhaité,...)

## ■ Connaissance du métier d'animateur

Expliquez en une dizaine de lignes, ce qu'est pour vous... Le métier d'animateur A.P.T. :

## ■ Structure de stage

Quelle sera votre structure de stage en APT (si vous l'avez déjà trouvée ou seulement des contacts) pour :

## 2. Partie LOISIRS TOUS PUBLICS

## ■ Expérience

Pratique d'animation socioculturelle ou activités scientifiques et techniques :

## ■ Motivation

Votre motivation en L.T.P. :

## ■ Connaissance du métier d'animateur

Expliquez en une dizaine de lignes, ce qu'est pour vous... Le métier d'animateur L.T.P. :

## ■ Structure de stage

Quelle sera votre structure de stage en LTP (si vous l'avez déjà trouvée ou seulement des contacts) pour :

## 3. VOTRE SITUATION ACTUELLE

### ■ Vous êtes demandeur.euse d'emploi

Date d'inscription au Pôle emploi : .....	n° d'identifiant : .....
---	--------------------------

vous bénéficiez (ou bénéficierez) toujours de droits Pôle emploi le 1 <sup>er</sup> jour de l'entrée en formation : OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>
--

### Financement Régional PDL pour les demandeurs d'emploi

Formation financée à 100 % pour un certain nombre de stagiaires demandeurs d'emploi dans le cadre du dispositif « visa métiers », nota : « public éligible » ne veut pas dire « automatiquement financé ».

## ■ Vous êtes salarié.e et votre employeur finance tout ou partiellement votre parcours de formation

Quel est le mode de prise en charge envisagé :			
<input type="checkbox"/> CPF	<input type="checkbox"/> CPF transition	<input type="checkbox"/> contrat pro	<input type="checkbox"/> apprentissage (jusqu'à l'âge de 29 ans)
Autre : .....			

Merci d'indiquer les coordonnées précises de votre employeur afin que nous prenions contact avec lui :

Nom de la structure Employeur	<input type="text"/>	
Personne à contacter	<input type="text"/>	
adresse précise	<input type="text"/>	
tel et mail	Tel. fixe et/ ou portable :	E-mail :

<b>Poste occupé :</b>	<input type="text"/>
-----------------------	----------------------

<b>Temps plein :</b>	OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>	<b>Temps partiel :</b>	Nbre d'heures /sem. : .....
<b>CDI</b>	OUI <input type="checkbox"/> NON <input type="checkbox"/>	<b>CDD</b>	Date de fin de contrat : ...../...../.....

*Fournir un courrier de l'employeur qui s'engage à prendre en charge le coût de la formation*

## 4. REUNIONS D'INFORMATIONS COLLECTIVES

<b>Présence sur inscription au 02 51 86 33 10 ou formation@laligue44.org</b>	
<b>Dates au choix</b>	<b>Lundi 16 mai à 18h, lundi 20 juin à 18h, mardi 30 août à 16h</b>
<b>Lieu</b>	<b>Ligue de l'enseignement –FAL44 - 9 rue des Olivettes - Nantes</b>
<b>Positionnement</b>	
<b>Mercredi 12 et jeudi 13 octobre 2022</b>	

**Nota :** l'inscription aux réunions d'informations peut être indépendante de l'inscription aux sélections. Dans ce cas, prévenir simplement par téléphone ou mail de votre participation à l'une des réunions.

## 5. PREPARATION AUX TESTS PHYSIQUES (facultative)

(1) Les TEP du BPJEPS APT (Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation) représentent la première étape à franchir avant d'entrer en formation. Il s'agit d'attester votre capacité à entrer en formation. Le niveau demandé est donc seulement le minimum requis et ne constitue pas le niveau final du titulaire du BPJEPS.

Afin de préparer au mieux à ces tests les candidats qui ne se sentent pas tout à fait prêts en condition, une **PREPARATION AUX TEP** est proposée à celles et ceux qui le souhaitent. Elle sera mise en place par un formateur dans les mêmes conditions que l'examen, sous forme de 2 demi-journées. L'intervalle entre les 2 dates est nécessaire et permet aux candidats de s'entraîner au mieux pour être prêts lors des sélections.

Inscription à la préparation aux TEP (Tests d'Exigences Préalables) (facultatif) (1)		
au skatepark le Hangar à Nantes (horaire le matin à confirmer)		
Dates à cocher	Mardi 13 SEPTEMBRE 2022	<input type="checkbox"/>
Je soussigné.e ..... souhaite m'inscrire à la préparation aux TEP selon la date cochée ci-dessus (si inscription sur 2 ½ j., pas de remboursement en cas d'annulation d'1 ½ j.)		
<ul style="list-style-type: none"><li>Ci-joint un chèque de <b>35 €</b> pour les 2 demi-journées (libellé à « FAL formation)</li></ul>		<input type="checkbox"/>
<ul style="list-style-type: none"><li>Ci-joint un chèque de <b>20 €</b> pour la demi-journée suivante : ..... (libellé à « FAL formation)</li></ul>		<input type="checkbox"/>
<b>Attention : un certificat médical de non contre-indication est indispensable pour la préparation, qui servira également pour le passage des TEP. Si possible utiliser le formulaire type joint au dossier qui comporte les mentions obligatoires. Dans le cas contraire, un nouveau certificat pourra vous être demandé si non conforme.</b>		

**Nota : les candidats qui seront admissibles à l'entrée en formation, devront obligatoirement suivre les journées de positionnement prévues les 12 et 13 OCTOBRE 2022. Ceci étant un pré-requis pour intégrer la session.**

« j'atteste sur l'honneur que toutes les informations indiquées dans le présent dossier sont exactes »

Date : .....

signature :

### DROIT A L'IMAGE

Je soussigné(e) ..... autorise la Ligue de l'enseignement - FAL 44 à utiliser les photos et vidéos prises pendant la formation pour toutes publications et diffusions sans limitation de durée.

Signature :

### COMMENT AVEZ-VOUS PRIS CONNAISSANCE DE LA MISE EN PLACE DE LA FORMATION ?

- SITE INTERNET  DRDJS  BOUCHE A OREILLE  
 POLE EMPLOI/MISSION LOCALE  SALON/FORUM  
 PORTE OUVERTE  AUTRE : .....

# Récapitulatif des pièces à joindre au dossier

<p><b>Documents à fournir (quelle que soit votre situation)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Le présent dossier</b> avec 1 photo d'identité page 1 (<i>indiquer nom et prénom au dos</i>)</li> <li>• <b>Un C.V.</b> actualisé</li> <li>• <b>Attestation du PSC1</b> ou STT en cours de validité (devra impérativement être acquis avant le passage des sélections)</li> <li>• <b>Copie recto – verso d'une pièce d'identité valide</b> (ou passeport, permis de conduire)</li> <li>• <b>Un chèque de 45 €</b> libellé à l'ordre de « FAL44 Formation » pour les frais d'inscription (<i>n'est restitué que dans le cas où vous annulez votre inscription avant les sélections</i>)</li> <li>• <b>Copie attestation de recensement</b> et du certificat individuel de participation à l'appel de la préparation à la défense <b>pour les français de moins de 25 ans</b></li> </ul>	
<p><b>Vous êtes DEMANDEUR.EUSE D'EMPLOI</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Courrier d'inscription au Pôle emploi</b></li> <li>• <b>Une fiche de prescription</b> établie par votre conseiller Pôle emploi, Mission locale, ou Cap emploi (indispensable pour l'accès au financement Régional) jointe au dossier ou à envoyer impérativement avant les sélections d'entrée.</li> </ul>	
<p><b>Vous êtes SALARIE.E</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Courrier de l'employeur</b> qui s'engage à prendre en charge le coût de la formation</li> </ul>	
<p><b>Vous êtes en situation de HANDICAP</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le courrier de notification du handicap de la MDPH</li> <li>• Nous préciser si vous souhaitez un aménagement (sélections, temps de formation...)</li> </ul>	
<p><b>Partie APT</b></p>	<p><b>Vous devez passer les TEP (tests physiques)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Certificat médical</b> à faire compléter par votre médecin <b>datant de moins d'1 an à la date du passage des tests physiques</b> (<i>formulaire joint page 5 à faire compléter par votre médecin</i>)</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Vous souhaitez participer à la PREPARATION aux TESTS PHYSIQUES :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Avec confirmation de l'inscription, joindre un chèque de 35 € ou 20 € (libellé à l'ordre de « FAL44 Formation ») ainsi qu'un certificat médical (ci-joint) <i>(nota : merci de faire 2 chèques séparés avec les frais d'inscription)</i></li> </ul>
	<p><b>Vous avez déjà validé les TEP</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si vous avez déjà validé les TEP lors d'une précédente formation, merci d'indiquer ci-dessous le nom de l'organisme et la date à laquelle vous les avez passés <i>Un certificat médical datant de moins d'1 an devra dans ce cas être fourni seulement pour l'entrée en formation.</i></li> </ul> <p>organisme : ..... date : .....</p>
	<p><b>Equivalences selon diplômes</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>Les diplômes suivants donnent équivalence à certaines U.C. (Unités de Compétences) ; ils vous permettent d'être exempté.e des certifications</b> <b>Si vous êtes concerné.e, une copie du diplôme devra être jointe au dossier</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BAC pro service de proximité et vie locale - CQP Animateur de Loisirs Sportifs - CQP animateur de loisirs AGEE ET JSJO</li> </ul>
<p><b>Partie LTP</b></p>	<p><b>Pré-requis partie LTP</b></p>	<p><b>Vous êtes titulaire d'un des diplômes suivants (copie à joindre au dossier)</b> BAPAAT - BAFA – BAFD – BEATEP (toutes spécialités) - BAC pro service proximité et vie locale – BAC pro agricole (toutes options) - BP délivré par le ministère de l'agriculture (toutes options) CQP animateur périscolaire</p>
	<p><b>Vous n'avez aucun diplôme nommé ci-dessus</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fournir une ou des attestations selon votre situation, justifiant d'au moins 200h d'expérience en animation de groupe (bulletins de salaire, contrat de travail ou certificat de travail conviennent, si la mention « animation de groupe » apparaît et le volume de 200h).</li> </ul>
	<p><b>Equivalences selon diplômes</b></p>	<p><b>Les diplômes suivants donnent équivalence à certaines certifications LTP. Si vous êtes concerné.e, une copie du diplôme devra être jointe au dossier :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• BEATEP options : LTP - act. Sociales et vie locale – ACE – AST – BAPAAT options « loisirs jeunes et enfant » LTP des sites et accueil collectif » D.E. moniteur éducateur - BAC Pro service proximité et vie locale – CQP périscolaire</li> </ul>

**Les informations et documents demandés sont indispensables à la gestion du dossier qui ne sera pas instruit si incomplet**

**Retour du dossier complet à FAL44 FORMATION - à l'attention de Valérie PRIOL**  
**9 rue des Olivettes – BP 74107 - 44041 NANTES cedex 1 - tel : 02 51 86 33 10 – mail : [formation@laligue44.org](mailto:formation@laligue44.org)**

Raison sociale de l'organisme de formation : **Etablissement FAL FORMATION – LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT PAYS DE LA LOIRE**  
Numéro de déclaration d'activité : **52440125244** (*ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat*)

**CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA PRATIQUE ET  
A L'ENSEIGNEMENT DES ACTIVITES POUR TOUS**

Je soussigné.e Docteur .....

Demeurant .....

**CERTIFIE AVOIR EXAMINÉ**

M. / Mme / Melle .....Né.e le ..... /..... /.....

Demeurant .....

.....

Et n'avoir constaté à ce jour, de contre-indications médicales à la pratique et à l'enseignement des activités sportives pour tous.

Taille : ..... poids : .....

**Observations éventuelles :**

.....  
.....  
.....

Fait à ..... le ..... /..... /.....

Signature et cachet du Médecin

**Remarques très importantes :**

Compte tenu de la spécificité et des exigences de la formation, les candidats doivent satisfaire aux critères médicaux suivants :

- Etat satisfaisant du système cardio-vasculaire
- Etat satisfaisant de la colonne lombaire et de la charnière lombo-sacrée
- Etat satisfaisant des épaules, coudes hanches, genoux, chevilles, ne présentant pas de malformation, traumatisme ou intervention chirurgicale limitant, pénalisant un travail en amplitude et en force (muscultation intensive, gymnastique, sports collectifs...).



## Contenu des Tests d'Exigences Préalables à l'entrée en formation BPJEPS APT

Les exigences préalables ont pour but de vérifier les compétences du candidat à suivre le cursus de formation lui permettant d'accéder à la mention « activités physiques pour tous » du brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (BPJEPS) spécialité « éducateur sportif ».

Les exigences préalables à l'entrée en formation du BP JEPS spécialité « éducateur sportif » mention « activités physiques pour tous » sont les suivantes :

Le (la) candidat(e) doit :

- être titulaire de l'une des attestations de formation relative au secourisme suivante :
  - « prévention et secours civiques de niveau 1 » (PSC1) ou « attestation de formation aux premiers secours » (AFPS) ;
  - « premiers secours en équipe de niveau 1 » (PSE 1) en cours de validité ;
  - « premiers secours en équipe de niveau 2 » (PSE 2) en cours de validité ;
  - « attestation de formation aux gestes et soins d'urgence » (AFGSU) de niveau 1 ou de niveau 2 en cours de validité ;
  - « Certificat de sauveteur secouriste du travail » (SST) » en cours de validité.
- présenter un certificat médical de non contre-indication à la pratique des « activités physiques pour tous » datant de moins d'un an à la date de l'entrée en formation ;
- être capable de réaliser les deux tests suivants :

### Test n°1 : test navette « Luc Léger »

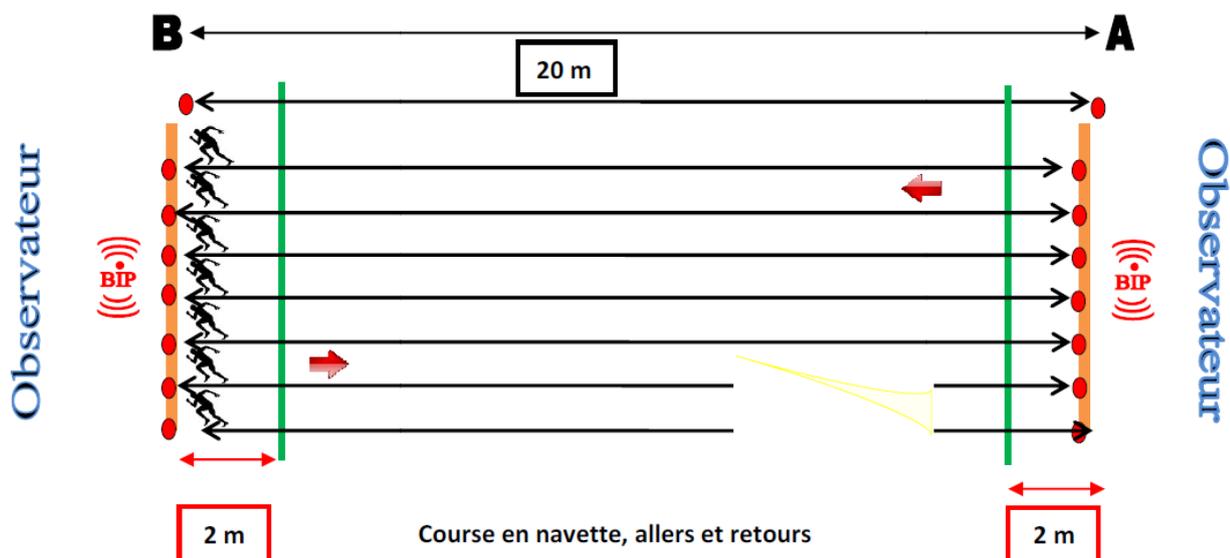
Ce test a pour objectif de vérifier la capacité physique. Les femmes doivent réaliser le palier 6, réalisé par l'annonce sonore suivante « palier 7 ». Les hommes doivent réaliser le palier 8, réalisé par l'annonce sonore suivante « palier 9 »

Le test « Luc Léger » est un test progressif qui consiste à courir d'une ligne à l'autre, séparées de 20 mètres, selon le rythme indiqué par des « Bips ». Les candidats se placent derrière une ligne « A » matérialisée au sol et délimitée par des plots. Au signal de la bande sonore, les candidats doivent se diriger vers la ligne « B » également matérialisée au sol et par des plots à chaque extrémité.

#### Règlement du test et matériel :

Si un(e) candidat(e) arrive sur la ligne avant le bip suivant, repartir vers l'autre ligne. A chaque extrémité, le (la) candidat amorce son retour. Les virages en courbe sont interdits.

Tout retard en-deçà de la zone des 2 mètres est éliminatoire. Lorsqu'un(e) candidat(e) a un retard dans la zone un avertissement ainsi qu'à l'observateur d'en face. Ce retard devra être comblé sur un aller. A défaut, un 2ème avertissement lui sera signifié. Si le retard n'est pas comblé sur le trajet suivant, arrêté(e) par les évaluateurs. De chaque côté, la tolérance des 2 mètres sera matérialisée par une ligne au sol. Un observateur devra être situé de part et d'autre des lignes « A » et « B »



Le nombre de candidats est limité à 10.

Le matériel :

- un gymnase ou une salle de sport (ou à défaut un terrain extérieur) avec une surface plane antidérapante nécessaire à la réalisation du test dans des conditions de sécurité
- un décamètre ou un odomètre avec une roue
- ruban adhésif ou autres (pour matérialiser les lignes au sol)
- des plots ;
- un lecteur d'enregistrement, suffisamment audible pour tous les participants
- l'enregistrement du test «Luc Léger », version 1998, avec palier d'une minute
- chasubles avec numéro (autant que de candidats)

## Test n°2 : test d'habileté motrice

Ce test consiste en l'enchaînement de 22 ateliers dans un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 46 pour les hommes et 2 minutes 06 pour les femmes.

Des bonifications sont accordées pour les candidats âgés

- de 40 à 50 ans : un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 51 pour les hommes et 2 minutes 11 pour les femmes
- A partir de 51 ans : un temps strictement inférieur (pénalités comprises) à 1 minute 56 pour les hommes et 2 minutes 16 pour les femmes.
- Toute erreur dans le parcours entraîne 5 secondes de pénalité conformément à la liste ci-dessous.

Ateliers n°	LISTE DES PÉNALITÉS PRÉVUES :
2	pour le renversement de la 1ère haie. pour la chute de la latte au passage de la 1ère haie.
4	en cas d'appui constaté dans l'espace délimité par les 2 lignes ou sur l'une des lignes.
6	pour le renversement de la 2ème haie. pour la chute de la latte au passage de la 2ème haie.
10	par cible manquée.
14	par plot non contourné, avec le ballon, par plot non contourné, avec le corps, une roulade avant sur un tapis placé à une distance de 0,80 m de la poutre. l'élastique est touché lors de son franchissement, l'élastique est franchi balle tenue, le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau, le ballon est porté lors de cette épreuve.
15	par plot non-contourné avec le ballon, l'élastique est touché lors de son franchissement, le ballon est touché avec la main pendant les dribbles au pied, le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau, le ballon est immobilisé dans le cerceau, avec la (les) mains,
20	la roulade est effectuée de travers ou sort du tapis
21	la zone de lancer est mordue ou franchie par le candidat. pour chaque médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à 5 mètres de la zone de lancer.

Le parcours d'habileté motrice se déroule selon le descriptif ci-dessous, sans interruption entre les ateliers. Une démonstration sera faite par un responsable de l'épreuve devant les candidats, qui pourront ensuite utiliser le parcours lors du temps consacré à l'échauffement. Le parcours doit s'effectuer dans l'ordre prévu des ateliers. Tout atelier doit être obligatoirement réalisé, et conformément aux consignes exposées sous peine de non validation du parcours. Un atelier oublié est signalé immédiatement par le responsable de l'épreuve, pour être effectué (ex ateliers 8-12-17-22, un candidat ne contournant pas les plots sera arrêté immédiatement pour refaire l'atelier). Le (la) candidat(e) se met en position, en plaçant les pieds derrière la ligne de départ. Le départ se fait au signal du responsable de l'épreuve, « PRÊT » « PARTEZ ». Le chronomètre est arrêté lorsqu'il franchit la ligne d'arrivée, matérialisée par deux plots (c'est le torse qui compte et non la tête ou les jambes).

Chronomètres : le temps réalisé par les candidats doit obligatoirement être pris par deux chronomètres (en cas de problème technique). Les chronomètres ne doivent pas se communiquer mutuellement les temps avant de les avoir donnés au responsable de l'épreuve. Le temps retenu sera celui le plus favorable au candidat. En cas de problème technique de chronométrage, le responsable décide du temps à retenir. Les chronomètres ne ramènent leur chronomètre au zéro, que sur ordre du responsable de l'épreuve. Les chronomètres vérifient la validité du parcours et notent les pénalités. A la fin du parcours, ils se réunissent pour noter sur la fiche candidat les pénalités retenues.

• **Description du test d'habileté motrice (voir schéma ci après) :**

- **Atelier 1 :** Course à pied sur 8 m.  
A partir d'un départ commandé, le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 8 mètres, du point « a » au point « b ».
- **Atelier 2 :** Franchissement de la 1ère haie  
Le (la) candidat(e) doit franchir la première haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.
- **Pénalités prévues :**  
Une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie.  
Une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.
- **Atelier 3 :** Course à pied sur 6 m  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 6 mètres, du point « c » au point « d ».
- **Atelier 4 :** Passage de rivière (zone matérialisée par 2 lignes)  
Le (la) candidat(e) doit franchir un passage de rivière, matérialisé par 2 lignes tracées au sol espacées de 2 mètres pour les hommes et de 1,80 mètre pour les femmes.
- **Pénalité prévue :** Une pénalité sera attribuée en cas d'appui constaté sur une des lignes ou dans l'espace délimité par les 2 lignes.
- **Atelier 5 :** Course de vitesse sur 6 m  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 6 mètres, du point « e » au point « f ».
- **Atelier 6 :** Franchissement de la 2ème haie  
Le (la) candidat(e) doit franchir la deuxième haie d'une hauteur de 0,76 mètre pour les hommes et de 0,56 mètre pour les femmes.
- **Pénalités prévues :**  
Une pénalité est attribuée pour le renversement de la haie.  
Une pénalité est attribuée pour la chute de la latte au passage de la haie.
- **Atelier 7 :** Course de vitesse sur 13 mètres  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 13 mètres, du point « g » au point « h ».
- **Atelier 8 :** Contournement du plot A :  
Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « A » par la droite,
- **Atelier 9 :** Course de vitesse sur 5 mètres  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « h » au point « i ».
- **Atelier 10 :** Lancer de balles  
Le (la) candidat(e) doit être capable de lancer 1 balle dans chaque cerceau de 70 centimètres de diamètre, posé au sol, en allant du plus proche au plus éloigné. Le lancer est également validé lorsque la balle touche le bord du cerceau.  
Le (la) candidat(e) dispose en tout de 6 balles. Le nombre de tentatives est limité à deux balles par cerceau. Les distances de lancer sont mesurées entre le centre de chaque cerceau et la zone de lancer derrière laquelle, le(la) candidat(e) doit se trouver, soit :
  - **Pour les hommes :** le centre du premier cerceau est situé à 5 mètres, le deuxième à 6 mètres et le troisième à 7 mètres de la zone de lancer.
  - **Pour les femmes :** le centre du premier cerceau est situé à 4 mètres, le deuxième à 5 mètres et le troisième à 6 mètres à partir de la ligne tracée au sol de la zone de lancer.
- **Pénalité prévue :** une pénalité est attribuée par cible manquée (2 balles possibles pour chaque cible).
- **Atelier 11 :** Course de vitesse sur 10 mètres  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 10 mètres, du point « i » au point « j ».
- **Atelier 12 :** Contourner le plot B :  
Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « B » par la droite, placé à 10 mètres de la zone de lancer de balles.
- **Atelier 13 :** Course de vitesse sur 5 m.  
Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « k » au point « l ».
- **Atelier 14 :** Slalom en dribble à la main (Ballon de basket)
  - Le (la) candidat(e) doit prendre le ballon de basket posé dans un cerceau et partir en dribblant d'une seule main (changements de main autorisés) pour effectuer un slalom entre les 7 plots dont les 4 premiers sont disposés en croix (distance entre les plots 1,50 m : voir schéma). Les plots doivent être contournés alternativement par la gauche et par la droite.
  - Le (la) candidat(e) doit franchir un élastique tendu à 40 cm du sol (et placé à 1,50m du dernier plot) sans le toucher, le ballon passant au-dessus de l'élastique. Il/elle doit ensuite immobiliser le ballon avec les mains au sol à l'intérieur d'un cerceau placé au sol à 1,50m de l'élastique ;
  - Le ballon ne doit pas être porté, le corps du candidat doit contourner les plots.

- **Pénalités prévues :**
  - Une pénalité est attribuée par plot non-contourné, avec le ballon.
  - Une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le corps.
  - Une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement.
  - Une pénalité est attribuée si l'élastique est franchi balle tenue.
  - Une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau.
  - Une pénalité est attribuée si le ballon est porté lors de cette épreuve.
- **Atelier 15 :** Slalom en dribble au pied (ballon de football)
  - Le (la) candidat(e) doit prendre un ballon de football avec les pieds, posé à l'intérieur d'un cerceau, et franchir l'élastique sans le toucher en faisant passer le ballon sous l'élastique. Il/elle doit effectuer le slalom en sens inverse en contournant les plots alternativement par la droite et par la gauche, en dribblant au pied jusqu'au cerceau (m) et immobiliser la balle dans le cerceau avec le pied. Le corps du candidat ainsi que le ballon doivent contourner tous les plots.
- **Pénalités prévues :**
  - Une pénalité est attribuée par plot non-contourné avec le ballon.
  - Une pénalité est attribuée si l'élastique est touché lors de son franchissement.
  - Une pénalité est attribuée si le ballon est touché avec la main pendant les dribbles.
  - Une pénalité est attribuée si le ballon est immobilisé avec la (les) main(s) dans le cerceau.
  - Une pénalité est attribuée si le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau.
- **Atelier 16 :** Course sur 5 mètres
  - Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 5 mètres, du point « m » au point « j ».
- **Atelier 17 :** Contourner le plot B :
  - Le (la) candidat(e) doit contourner le plot « B » par la droite, placé à 10 mètres de la zone de lancer de balle.
- **Atelier 18 :** Course sur 2 mètres
  - Le (la) candidat(e) doit courir sur une distance de 2 mètres, du point « k » au point « n ».
- **Atelier 19 :** Passage en équilibre sur poutre basse
  - Le (la) candidat(e) doit marcher sur une poutre basse, de 4 mètres de long. Le (la) candidat(e) doit traverser la poutre d'une extrémité à l'autre. En cas de chute, Le (la) candidat(e) devra recommencer l'atelier au début de la poutre.
- **Atelier 20 :** Roulade avant
  - De l'extrémité de la poutre, le (la) candidat(e) doit réaliser une roulade avant sur un tapis placé à une distance de 0,80 m de la poutre.
- **Pénalités prévues :**
  - Une pénalité est attribuée si Le (la) candidat(e) effectue la roulade de travers ou sort sur le côté du tapis.
- **Atelier 21 :** Lancer de médecine-balls
  - Le (la) candidat(e) doit lancer successivement trois médecine-balls, (2 kg pour les femmes et 3 kg pour les hommes) au-delà d'une ligne située à 5 mètres du point « p » (lancer à deux mains départ poitrine). Le (la) candidat(e) étant situé derrière la zone de lancer.
- **Pénalités prévues :**
  - Une pénalité est attribuée lorsque Le (la) candidat(e) a mordu ou a franchi la zone de lancer.
  - Une pénalité est attribuée pour chaque médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à 5 mètres de la zone de lancer.
- **Atelier 22 :** Course en slalom sur 55 m
  - Le (la) candidat(e) doit courir en slalom en contournant 5 plots alternativement par la droite et la gauche, sur une distance totale de 55 mètres jusqu'à la ligne d'arrivée.

