

## Annexe C

### Tests départementaux de vérification des capacités physiques pour les intervenants bénévoles pour certaines activités à encadrement renforcé

<b>NATATION</b>	<p>L'agrément est délivré pour atteindre le taux d'encadrement obligatoire de l'activité natation.</p> <p>La participation d'intervenants bénévoles doit revêtir un <u>caractère tout à fait exceptionnel</u> et est restreinte au cadre défini par la circulaire n°2017-127 du 22 août 2017.</p>	<p>Pour l'obtention d'un agrément, les intervenants bénévoles doivent, parallèlement à la session d'information / formation, <b>avoir satisfait au test de capacités physiques suivant</b> :</p> <p>Réaliser un parcours de capacités composés de cinq tâches à réaliser en continuité et sans reprise d'appuis au bord du bassin :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sauter,</li> <li>2. Revenir à la surface et s'immerger pour passer sous un obstacle flottant (tapis posé dans le sens de la largeur ou de la longueur,</li> <li>3. Nager 10 mètres sur le ventre puis 10 mètres sur le dos,</li> <li>4. Réaliser un surplace vertical de 10 secondes avec dégagement des voies respiratoires,</li> <li>5. S'immerger pour passer sous un obstacle flottant et sortir du bassin.</li> </ol>
<b>ESCALADE</b>	<p style="text-align: center;"><b>Agrément de niveau n°1 (jeux de grimpe)</b></p> <p>L'agrément est délivré pour <u>compléter</u> * l'encadrement autour de l'enseignant <u>pour des jeux de grimpe sans matériel et à une hauteur inférieure à 2,50 mètres</u> (sur mur d'escalade ou structure de bloc).</p>	<p>Pour l'obtention d'un agrément, les intervenants bénévoles doivent, parallèlement à la session d'information / formation, <b>avoir satisfait au test de capacités physiques suivant</b> :</p> <p>- Réaliser un parcours d'une distance de 8 mètres sur bloc, en déplacement latéral, sans poser le pied au sol.</p> <p><b>Et</b></p> <p>- Parer un grimpeur qui réalise un parcours de 8 mètres sur bloc, en déplacement latéral, sans poser le pied au sol.</p>
	<p style="text-align: center;"><b>Agrément de niveau n°2 (activités d'escalade)</b></p> <p>L'agrément est délivré pour <u>compléter</u> le taux d'encadrement requis autour de l'enseignant et d'un intervenant qualifié agréé <u>pour des activités d'escalade avec matériel sur structure artificielle d'escalade (SAE) ou sur site sportif naturel d'escalade</u>.</p>	<p>Pour l'obtention d'un agrément, les intervenants bénévoles doivent, parallèlement à la session d'information / formation :</p> <p><b>Avoir satisfait au test de capacités physiques suivant</b> :</p> <p><u>En situation de grimpeur</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Savoir s'équiper (mettre et régler son baudrier).</li> <li>• Savoir s'encorder au moyen d'un nœud de huit tressé et sécurisé.</li> <li>• S'assurer au moyen de différents freins (8, panier ou tube, autobloquant).</li> <li>• Grimper une voie de niveau 4 a en moulinette en gérant sa sécurité.</li> <li>• Communiquer avec son assureur en utilisant le vocabulaire adapté (« sec », « mou », « bloc », « relais » « ok »).</li> </ul> <p><u>En situation d'assureur</u> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Installer la corde correctement dans le frein d'assurage, attacher le mousqueton sur le pontet et verrouiller la sécurité du mousqueton.</li> <li>• Se placer près du mur, légèrement décalé à droite ou à gauche de la voie.</li> <li>• Manipuler la corde sans hésitation et de manière à toujours conserver une main derrière le frein.</li> <li>• Communiquer avec son grimpeur en utilisant le vocabulaire adapté.</li> <li>• Conserver la corde tendue à la montée, sans treuiller mon partenaire (assurage en 5 temps).</li> <li>• Descendre son partenaire à vitesse modérée sans laisser la corde filer entre les mains et en conservant toujours une main derrière le frein (assurage en 3 temps).</li> </ul> <p><b>Ou</b></p> <p><b>Être titulaire d'un diplôme fédéral délivré par la FFME ou d'un diplôme d'Etat</b> :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Animateur Structure Artificielle Escalade (SAE) FFME.</li> <li>• Initiateur d'escalade FFME.</li> <li>• Moniteur d'escalade FFME.</li> <li>• Initiateur et Moniteur d'Alpinisme.</li> </ul>

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>SORTIES A BICYCLETTE SUR ROUTE</b></p>	<p>L'agrément est délivré pour atteindre le taux d'encadrement obligatoire des sorties à bicyclette sur route, applicable en Seine-Maritime.</p>	<p>Pour l'obtention d'un agrément, les intervenants bénévoles doivent, parallèlement à la session d'information / formation, <b>avoir satisfait au test de capacités physiques suivant :</b></p> <p><b>Test de maniabilité :</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rouler dans un couloir de 10 mètres de long sur 30 à 40 cm de large (entre les coupelles).</li> <li>2. Effectuer un changement de direction sur la droite ou sur la gauche et signaler ce changement de direction en lâchant la main droite ou la main gauche du guidon et en la levant.</li> <li>3. Se déplacer jusqu'au portique et passer en dessous sans le toucher et sans descendre du vélo.</li> <li>4. Effectuer un slalom entre les coupelles sur une quinzaine de mètres.</li> <li>5. Rouler sur 5 mètres en ligne droite et jusqu'à l'obstacle (latte, planche, cerceau...), descendre du vélo et soulever le vélo pour passer par-dessus sans le toucher.</li> <li>6. Rouler sur une dizaine de mètres jusqu'à la coupelle le plus lentement possible sans descendre du vélo et sans mettre les pieds au sol.</li> <li>7. Prendre un objet dans une main et rouler sur environ 7 mètres jusqu'aux coupelles. Faire le tour à l'extérieur des coupelles et changer l'objet de main. Revenir au point de départ pour déposer l'objet.</li> <li>8. Rouler sur une dizaine de mètres en accélérant. Faire tomber la première latte sans faire tomber la deuxième distante de 40 cm.</li> </ol> <p><b>Ce test est validé si au moins 5 items sur 8 sont réussis.</b></p> <p><b>Et</b></p> <p><b>Test de déplacement en groupe :</b></p> <p>Sur un parcours circulaire de 200 mètres, placer deux coupelles à 100 mètres de distance. Les adultes se déplacent par groupes de 3 (cycliste A, cycliste B et cycliste C). Chaque groupe de 3 cyclistes évolue à tour de rôle.</p> <p><u>Consignes pour le parcours qui se réalise en 2 tours de circuit :</u></p> <p>Au premier cycliste du groupe (cycliste A) : rouler à allure régulière et, à hauteur de la coupelle noire, ralentir un peu et s'écarter sur la droite pour laisser passer les deux partenaires (cyclistes B et C) et se replacer dans le sillage du dernier (cycliste C). Pour les 3 cyclistes, rouler en maintenant un écart de sécurité constant avec le cycliste précédent.</p> <p>Pour le cycliste B : ralentir un peu au niveau de la coupelle grise et s'écarter sur la droite pour laisser passer les deux partenaires (cyclistes C et A) et se replacer dans le sillage du dernier (cycliste A). Pour les 3 cyclistes, rouler en maintenant un écart de sécurité constant avec le cycliste précédent.</p> <p>Pour le cycliste C : ralentir un peu au niveau de la coupelle noire et s'écarter sur la droite pour laisser passer les deux partenaires (cyclistes A et B) et se replacer dans le sillage du dernier (cycliste B). Pour les 3 cyclistes, rouler en maintenant un écart de sécurité constant avec le cycliste précédent.</p> <p>Les 3 cyclistes doivent effectuer 3 fois le parcours soit 6 tours de circuit.</p> <p><b>Ce test est validé si les 6 tours ont été effectués à vitesse constante, en conservant un intervalle de sécurité entre les cyclistes et en réalisant les changements de tête de file sans prise de risque.</b></p>
<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);"><b>VOILE</b></p>	<p>L'agrément est délivré pour atteindre le taux d'encadrement obligatoire de l'activité voile.</p>	<p>Pour l'obtention d'un agrément, les intervenants bénévoles doivent, parallèlement à la session d'information / formation, <b>pouvoir justifier du diplôme suivant :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- d'un certificat de qualification professionnelle Assistant Moniteur Voile (CQP AMV),</li> </ul> <p><b>Ou</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- d'un diplôme de Moniteur Fédéral de Voile.</li> </ul>