

Barèmes épreuves de la condition physique - FI de CPL SPP

Epreuves de la surveillance de la condition physique									Epreuves physiques professionnelles		SAUVEGARDE AQUATIQUE	
Validé si moyenne de 10 / 20 sans note inférieure à 6 / 20									Validé si moyenne de 10 / 20		Apte ou Inapte	
NOTE	POMPE		TRACTION		GAINAGE	LUC LEGER		KILLY	COURSE A PIEDS 10 000 M	PPA	NOTE	
	Répétition		Répétition		Temps	Paliers		Temps	Temps	Temps		
0	H	F	H	F	1'10	H	F	1'10		Étape 1 non validée	0	- Réaliser un 50m nage libre puis récupérer un mannequin à environ 2m de fond, le remonter en surface et le tracter sur 25m.
1	2	1	4	/	1'20	5'30	4'00	1'20	1 h 03'	Étape 1 validée	1	
2	4	2	5	/	1'30"	6'00	4'30	1'30"	1 h 02'	Étape 2 validée	2	
3	6	4	6	1	1'40"	6'30	5'00	1'40"	1 h 01'	Étape 3 validée	3	
4	8	6	7	2	1'50"	7'00	5'30	1'50"	1 h	Étape 4 validée	4	
5	10	8	8	3	2'00"	7'30	6'00	2'00"	59'	Étape 5 validée	5	- Epreuve réalisée sans lunettes.
6	12	9	9	4	2'10"	8'00	6'30	2'10"	58'	Etape 6: 1 x 18m	6	- Le candidat doit sauter ou plonger du bord de la piscine.
7	14	10	10	5	2'30"	8'30	7'00	2'30"	57'	" " : 2 x 18m	7	
8	16	11	11	6	2'40"	9'00	7'30	2'40"	56'	" " : 3 x 18m	8	
9	18	12	12	7	2'50"	9'30	8'00	2'50"	55'	" " : 4 x 18m	9	- Nager sans s'arrêter, sans s'accrocher aux lignes d'eau ou aux bords de la piscine.
10	20	13	13	8	3'00"	10'00	8'30	3'00"	54'	" " : 5 x 18m	10	
11	22	14	14	9	3'10"	10'30	9'00	3'10"	53'	" " : 6 x 18m	11	
12	24	15	15	10	3'20"	11'00	9'30	3'20"	52'	" " : 7 x 18m	12	
13	26	16	16	11	3'25"	11'30	10'00	3'25"	51'	" " : 8 x 18m	13	
14	28	17	17	12	3'30"	12'00	10'30	3'30"	50'	" " : 9 x 18m	14	- Seul le plan vertical du mur devra être touché par une partie quelconque du corps au moins lors du virage du 50m nage libre et à la fin de l'épreuve
15	30	18	18	13	3'35"	12'15	10'45	3'35"	48'	" " : 10 x 18m	15	
16	32	19	19	14	3'40"	12'30	11'00	3'40"	46'	" " : 11 x 18m	16	
17	34	20	20	15	3'45"	12'45	11'15	3'45"	44'	" " : 12 x 18m	17	
18	36	21	22	16	3'50"	13'00	11'30	3'50"	42'	" " : 13 x 18m	18	
19	38	22	24	17	3'55"	13'15	11'45	3'55"	40'	" " : 14 x 18m	19	
20	40	23	26	18	4'00"	13'30	12'00	4'00"	38'	" " : 15 x 18m	20	

Barèmes épreuves de la condition physique - FI de CPL SPP