



CAPORAL

SAPEURS-POMPIERS PROFESSIONNELS

BROCHURE D'INFORMATION

Concours externes de Caporal de Sapeurs-Pompiers¹ Professionnels

I. LE CADRE D'EMPLOIS DES SAPEURS-POMPIERS PROFESSIONNELS

1.1- Présentation

Les sapeurs et caporaux de sapeurs-pompiers professionnels constituent un cadre d'emplois de sapeurs-pompiers professionnels non-officiers de catégorie C au sens des articles L. 411-1 et L. 411-2 du code général de la fonction publique.

Ils sont soumis aux dispositions du [décret n° 2016-596 du 12 mai 2016](#) modifié relatif à l'organisation des carrières des fonctionnaires de catégorie C de la fonction publique territoriale et à celles du décret n°2012-520 du 20 avril 2012 portant statut particulier du cadre d'emplois des sapeurs et caporaux de sapeurs-pompiers professionnels et relèvent respectivement des échelles C1, C2 et C3 de rémunération.

Le cadre d'emplois comprend les grades de sapeur, de caporal et de caporal-chef de sapeurs-pompiers professionnels.

1.2- Les principales fonctions

Les sapeurs et caporaux exercent leurs fonctions dans les services départementaux et territoriaux d'incendie et de secours mentionnés à l'article L. 1424-1 du Code Général des Collectivités Territoriales pour l'accomplissement des missions définies à l'article L. 1424-2 du même code.

Ils ont vocation à occuper les emplois définis au second alinéa de l'article 1er du décret du 25 septembre 1990, sous réserve de satisfaire aux obligations de formation correspondantes définies conformément aux dispositions de l'arrêté prévu à l'article R. 1424-54 du code général des collectivités territoriales.

- **1.** Les sapeurs participent à ces missions dans les centres d'incendie et de secours en qualité d'équipier ;
- **2.** Les caporaux participent à ces missions dans les centres d'incendie et de secours en qualité d'équipier ou de chef d'équipe. Les caporaux ont vocation à participer aux interventions nécessitant une technicité supérieure. Ils ne peuvent occuper les fonctions de chef d'équipe qu'après deux années de services effectifs dans leur grade ;
- **3.** Les caporaux-chefs participent à ces missions dans les centres d'incendie et de secours en qualité de chef d'équipe. Ils ont vocation à participer aux interventions nécessitant un niveau d'expertise supérieur. Ils peuvent subsidiairement effectuer des tâches d'équipier ;
- **4.** Les sapeurs, les caporaux et les caporaux-chefs peuvent également se voir confier, dans les limites de leur niveau d'expertise et, le cas échéant, d'encadrement, des emplois dans les services, groupements et sous-directions inhérents aux activités opérationnelles exercées. Ils peuvent également participer au fonctionnement des salles opérationnelles en tant qu'opérateur ou chef opérateur.

Les caporaux et les caporaux-chefs participent aux activités de formation incombant aux services d'incendie et de secours.

II. LES CONCOURS DE CAPORAL DE SAPEURS-POMPIERS PROFESSIONNELS

2.1 La nature et la forme des concours

Deux concours distincts d'accès au grade de caporal de sapeurs-pompiers professionnels sont organisés :

- Un concours externe ;
- Un concours externe ouvert aux candidats ayant la qualité de sapeur-pompier volontaire.

¹ Ce document est un document d'information. Seuls les textes réglementaires font référence.

2.2 Les conditions requises pour avoir la qualité de fonctionnaire

Le candidat doit :

- 1. Être de nationalité française, ou être ressortissant d'un État membre de l'Union Européenne, ou d'un autre État partie à l'accord sur l'espace économique européen ;
- 2. Remplir les conditions d'aptitude physique exigées pour l'exercice de la fonction ;
- 3. Jouir de ses droits civiques dans l'État dont il est ressortissant ;
- 4. Ne pas avoir subi de condamnation incompatible avec l'exercice des fonctions auxquelles le concours donne accès ;
- 5. Se trouver en position régulière au regard des obligations du service national de l'État dont il est ressortissant.

Rappel

Les hommes nés avant le 01/01/1979 doivent avoir effectué leur service national ou avoir été exemptés ou réformés.

Les hommes nés en 1979 ne sont pas soumis au service national.

Les hommes nés à partir du 01/01/1980 et les femmes nées à partir du 01/01/1983 doivent avoir été recensés et avoir participé à la Journée de Défense et Citoyenneté (anciennement JAPD).

L'attention des candidats est attirée ici sur la nécessité de remplir les conditions d'aptitude physique exigées pour l'exercice de la fonction, eu égard aux articles 12 et 13 de l'arrêté du 6 mai 2000 fixant les conditions d'aptitude médicale des sapeurs-pompiers professionnels et volontaires et les conditions d'exercice de la médecine professionnelle et préventive au sein des services départementaux d'incendie et de secours.

2.3 Les conditions requises pour s'inscrire aux concours de Caporal des sapeurs-pompiers professionnels

LE CONCOURS « EXTERNE » - ARTICLE 5-1° DU DÉCRET 2012-520 DU 20 AVRIL 2012 MODIFIÉ

Le concours externe est ouvert aux candidats titulaires d'un titre ou diplôme classé au moins au niveau 3 (anciennement V c'est-à-dire CAP, BEP, brevet des collèges. . .) du cadre national des certifications professionnelles ou d'une qualification reconnue comme équivalente à l'un de ces titres ou diplômes dans les conditions fixées par les dispositions du décret n° 2007-196 du 13 février 2007 modifié relatif aux équivalences de diplômes requises pour se présenter aux concours d'accès aux corps et cadres d'emplois de la fonction publique.

DEMANDE D'ÉQUIVALENCE

Un dispositif d'équivalence de diplôme a été ouvert par le décret n° 2007-196 du 13 février 2007 modifié

La procédure d'équivalence de diplôme peut permettre de reconnaître l'expérience professionnelle, de prendre en compte d'autres diplômes que ceux requis lorsque le contenu de cette expérience ou des diplômes peuvent être comparés avec le contenu de la formation requise pour exercer les fonctions auxquelles le concours donne accès.

Cette comparaison peut permettre d'accorder une dérogation pour se présenter au concours mais n'équivaut pas à la détention du diplôme. Ce dispositif est distinct de la procédure de V.A.E (Validation des Acquis de l'Expérience professionnelle), qui aboutit, elle, à l'obtention d'un diplôme.

Les candidats qui souhaitent solliciter une équivalence de diplôme pour se présenter au concours externe de caporal de sapeurs-pompiers professionnels devront formuler, auprès du CDG 33, leur demande sur le formulaire type, dûment accompagné des pièces justificatives requises.

Les candidats sans diplôme mais avec une expérience professionnelle :

Les candidats sans diplôme peuvent obtenir une équivalence en se prévalant d'une expérience professionnelle à temps plein d'au moins 3 ans.

Les candidats titulaires d'un diplôme étranger :

Tous les candidats titulaires d'un diplôme étranger doivent saisir la commission d'équivalence de diplôme en transmettant l'attestation de comparabilité délivré par ENIC-NARIC.²

Les candidats titulaires d'un diplôme autre que celui requis :

Les candidats titulaires d'un autre diplôme que celui requis (c'est-à-dire par exemple un titre ou diplôme de niveau inférieur comme le certificat de formation générale) peuvent obtenir une équivalence en se prévalant de ce diplôme et d'une expérience professionnelle d'au moins 2 ans.

Pour ces 3 cas, les candidats sont invités à saisir la commission compétente du SDIS 33, organisateur du concours en complétant les annexes dans le formulaire d'inscription.

Attention : cette demande d'équivalence est liée à l'inscription au concours. Ainsi, le candidat devra remplir le formulaire de saisine dédié, le compléter, y joindre les pièces justificatives nécessaires à l'instruction de sa demande d'équivalence, et le transmettre au CDG 33.

NB : Les décisions d'équivalence rendues pour une session précédente du concours externe de caporal de sapeurs-pompiers professionnels (ou de tout autre concours pour lequel les mêmes conditions de qualification sont requises) sont recevables au titre du concours externe de caporal de sapeurs-pompiers professionnels, session 2025.

² ENIC-NARIC : European Network of Information Centres – National Academic Recognition Information Centres. Centre ERIC-NARIC France vise notamment à évaluer les diplômes étrangers et délivrer des attestations de comparabilité et de reconnaissance d'études / de formation

DISPENSE DE DIPLÔME

Mères et pères de trois enfants	<p>Conformément aux dispositions prévues par la loi n° 80-490 du 1er juillet 1980 modifiée par la loi n° 2005-843 du 25 juillet 2005 et au décret n° 81-317 du 7 avril 1981, une dérogation de diplôme peut être accordée aux mères et pères de famille d'au moins trois enfants, qu'ils élèvent ou ont élevés effectivement.</p> <p>Les candidats souhaitant bénéficier de ces dispositions doivent justifier de leur position en fournissant à l'appui de leur candidature la photocopie de leur livret de famille (identités du candidat, de son conjoint et de ses enfants) ou des extraits d'actes de naissance de chacun de ses enfants.</p>
Sportifs et arbitres et juges de haut niveau	<p>Conformément au code du Sport, titre II, Chapitre I, article L221-3, les candidats peuvent bénéficier de cette dispense s'ils figurent, l'année du concours, sur la liste établie par le Ministère des Sports de la jeunesse et de la vie associative.</p> <p>Les candidats doivent alors joindre à leur candidature une copie de la liste sus-citée sur lequel ils figurent.</p>

CONCOURS EXTERNE OUVERT AUX SAPEURS-POMPIERS VOLONTAIRES (SPV) - ARTICLE 5-2° DU DÉCRET 2012-520 DU 20 AVRIL 2012 MODIFIÉ

Ce concours externe est ouvert aux candidats qui remplissent les 3 conditions suivantes à la date de la 1 ^{ère} épreuve fixée le 27 novembre 2025	Avoir la qualité de sapeur-pompier volontaire être toujours sous contrat d'engagement
	ET justifier de trois ans au moins d'activité en cette qualité de SPV ou en qualité de jeune sapeur-pompier, jeune marin-pompier, de volontaire du service civique assurant des missions de sécurité civile, de sapeur-pompier auxiliaire ou de militaire de la brigade de sapeurs-pompiers de Paris, du bataillon des marins-pompiers de Marseille ou des formations militaires de la sécurité civile ;
	ET avoir validé la formation initiale du sapeur de sapeurs-pompiers volontaires et, à ce titre, avoir validé l'ensemble des 3 domaines opérationnels suivants (domaines opérationnels définis à l'article R. 723.3 du code de la sécurité intérieure) : <ul style="list-style-type: none">• SUAP (Secours et soins d'urgence aux personnes)• INC (Lutte contre les incendies)• DIV (Protection des personnes, des biens et de l'environnement) ou d'une formation reconnue équivalente par la commission mentionnée à l'article 10-2 du décret du 25 septembre 1990*

* Formation reconnue comme équivalente par la commission mentionnée à l'article 10-2 du décret du 25 septembre 1990

ATTENTION : Les candidats au concours externe ouvert aux sapeurs-pompiers volontaires qui n'ont pas ou qui n'auront pas validé intégralement leur formation initiale du sapeur de sapeur-pompier volontaire au 27 novembre 2025 (date de la 1^{ère} épreuve) mais ayant validé une formation équivalente doivent **formuler une demande auprès de la commission de reconnaissance de la qualification aux formations de sapeurs-pompiers**.

Sont concernés par exemple :

- Les candidats SPV issus de la brigade des sapeurs-pompiers de Paris (BSPP), du bataillon de marins-pompiers de Marseille ou autre militaire qui disposent de cette formation au titre de leur statut de militaire (et non de sapeur-pompier professionnel) et qui n'ont pas encore reçu leur dispense de formation depuis leur recrutement en qualité de SPV ;
- Les ressortissants européens qui justifient d'une formation équivalente dans leur pays d'origine.

ATTENTION : cette demande de reconnaissance est liée à l'inscription au concours. Ainsi, le candidat devra remplir le formulaire de saisine dédié, le compléter, y joindre les pièces justificatives nécessaires à l'instruction de sa demande d'équivalence, et le transmettre au CDG 33.

Ce concours externe est également ouvert aux candidats ressortissants des États membres de l'Union européenne ou d'un autre État partie à l'accord sur l'Espace économique européen justifiant d'une qualification reconnue équivalente à celle délivrée aux sapeurs-pompiers volontaires par la commission mentionnée ci-dessus et de trois ans d'activité.

ATTENTION : les candidats qui sont actuellement à la BSPP, BMPM ne peuvent s'inscrire dans cette voie de concours que s'ils remplissent les 3 conditions cumulatives ci-dessus, dont celle d'être sapeur-pompier volontaire (en plus de leur statut de militaire) à la date de la 1^{ère} épreuve. Le fait d'être à la BSPP ou BMPM ne dispense pas de cette condition d'être SPV. En ce qui concerne la formation initiale, merci de vous reporter au paragraphe ci-dessus concernant la saisine de la commission dédiée.

III. LES ÉPREUVES DES CONCOURS

Conformément au décret n° 2020-1474 du 30 novembre 2020 modifié qui fixe les modalités d'organisation des concours pour le recrutement des caporaux de sapeurs-pompiers professionnels, le programme de ces épreuves est détaillé ci-après.

3.1 Les épreuves d'admissibilité

ÉPREUVES ÉCRITES DE TYPE QUESTIONNAIRE À CHOIX MULTIPLES (QCM)	
Concours externe	QCM à partir d'un texte ou dossier documentaire.
	QCM portant sur des problèmes de mathématiques.
Concours externe ouvert aux SPV	QCM à partir d'un texte ou dossier documentaire.
	QCM portant sur les activités et compétences de l'équipier de sapeurs-pompiers volontaires.

Réglementairement, chacune de ces épreuves dure une heure, est notée sur 20 et affectée d'un coefficient 1.

Les épreuves écrites d'admissibilité sont anonymes et font l'objet d'une correction par lecture optique.

Toute note inférieure à 5 sur 20 à l'une de ces épreuves et toute note moyenne inférieure à 10 sur 20 à ces deux épreuves est éliminatoire et n'autorise pas la participation aux épreuves physiques de pré-admission.

Pour chaque concours, le jury détermine le nombre total des points nécessaires pour être admissibles et, sur cette base, arrête la liste des candidats admis à se présenter aux épreuves de pré-admission.

3.2 Les épreuves de pré-admission (communes pour les concours externe et externe sapeurs-pompiers volontaires)

Ces épreuves visent à évaluer les capacités des candidats à exercer les missions dévolues à un sapeur-pompier professionnel, en particulier son endurance et sa résistance physique.

Peuvent seuls être autorisés à se présenter aux épreuves de pré-admission les candidats déclarés admissibles par le jury.

ÉPREUVES PHYSIQUES
<ul style="list-style-type: none">• Natation (50 mètres nage libre) : 50 secondes pour les hommes, 1 minute pour les femmes ;• Épreuve de parcours professionnel adapté (PPA) ;• Épreuve d'endurance cardio respiratoire (Luc Léger).
Pause d'une heure entre chaque épreuve

L'épreuve de natation n'est pas notée. Le candidat valide cette épreuve s'il la réalise dans le temps prévu. S'il ne la valide pas, il est éliminé.

L'épreuve de parcours professionnel adapté est notée sur 20 points.

L'épreuve d'endurance cardio-respiratoire (Luc Léger) est notée sur 20 points selon un barème fixé par arrêté du ministre de l'Intérieur et disponible dans la partie programme de cette brochure.

Toute note moyenne inférieure à 8 sur 20 aux épreuves PPA et Luc Léger est éliminatoire. La moyenne des notes obtenues, sur le PPA et le Luc Léger, est affectée d'un coefficient 4.

Dispense pour les épreuves physiques

Les candidats peuvent bénéficier d'une dispense des épreuves physiques à la suite d'une blessure en service. Ils doivent produire, préalablement à ces épreuves, une attestation administrative justifiant que l'altération de leur état de santé résulte d'une blessure en service, ainsi qu'un certificat médical justifiant que leur état de santé ne leur permet pas de participer à ces épreuves du fait des séquelles de cette blessure en service.

Les femmes enceintes ou venant d'accoucher et bénéficiant du délai légal post-natal, en possession d'un certificat médical justifiant que leur état de santé ne leur permet pas de participer aux épreuves physiques, sont dispensées de ces épreuves.

Dans ces deux cas de dispense, les candidats sont crédités, au titre des épreuves physiques, d'une note égale à la moyenne des notes obtenues par l'ensemble des candidats de même sexe à ces épreuves, dans la limite de 10 sur 20.

3.3 L'épreuve d'admission (commune pour les concours externe et externe sapeurs-pompiers volontaires)

ÉPREUVE ORALE	
Concours externes diplômés et SPV	Entretien avec un jury à partir d'une fiche individuelle établie par le candidat : 15 minutes dont 5 minutes au plus de présentation.

L'entretien a pour point de départ une présentation du candidat, de son expérience professionnelle et des compétences qu'il a acquises. La présentation est suivie d'un échange avec le jury visant à apprécier les capacités du candidat, le cas échéant sous forme d'un cas pratique élaboré préalablement par le jury.

Cet entretien est destiné à permettre au jury d'apprécier la personnalité du candidat, sa motivation et ses capacités à exercer les emplois tenus par les caporaux, ainsi que ses connaissances sur l'environnement professionnel.

La note est affectée d'un coefficient 4.

Toute note inférieure à 5 sur 20 à l'épreuve obligatoire d'admission entraîne l'élimination du candidat.

3.4 Règlement applicable

En complément des éléments décrits précédemment, tout candidat qui ne participe pas à l'une des épreuves obligatoires est éliminé.

Un candidat ne peut être admis si la moyenne des notes obtenues aux épreuves est inférieure à 10 sur 20 après application des coefficients correspondants.

Pour chaque concours, le jury détermine le nombre total des points nécessaires pour être admissible, pré-admis et admis.

A l'issue des épreuves, au vu des listes d'admission établies, l'autorité organisatrice des concours établit par ordre alphabétique la liste d'aptitude correspondante.

IV. PROGRAMME DES ÉPREUVES

Les arrêtés du 30 novembre 2020, le premier relatif aux programmes des concours et examens professionnels des cadres d'emplois de sapeurs-pompiers professionnels, et le second relatif aux épreuves physiques communes aux concours externes ouverts pour le recrutement de sapeurs-pompiers professionnels décrivent les différentes épreuves du concours de caporal de sapeurs-pompiers professionnels.

4.1 Programme des épreuves d'admissibilité

a. Concours externe

Le programme du questionnaire à choix multiples sur des problèmes de mathématiques de la seconde épreuve d'admissibilité est le suivant :

- **1.** Arithmétique : nombres entiers, nombres décimaux, opérations y compris fractions, règles de trois, partages proportionnels ;
- **2.** Géométrie : lignes droites, perpendiculaires, autres polygones, cercles, secteurs, segments, arc, mesures de longueur, surfaces, volumes courants d'un parallélépipède, prisme, cylindre, cône, sphère.
- **3.** Notions associées : le temps, les unités de temps, conversions, vitesse et vitesse moyenne, poids, densité.

b. Concours externe sapeur-pompier volontaire

Le programme du questionnaire à choix multiples sur les activités et compétences de l'équipier de sapeurs-pompiers volontaires de la seconde épreuve d'admissibilité est le suivant :

1. Lutte contre les incendies

- Généralités sur le matériel et les engins de lutte contre les incendies ;
- Reconnaissance ;
- Sauvetage ;
- Besoins en eau et établissements de tuyaux ;
- Techniques d'attaques et d'extinctions des feux ;
- Protection des biens, déblais et surveillance.

2. Secours d'urgence aux personnes

- Matériel de secours d'urgence aux personnes ;
- Sécurité en opération de secours d'urgence aux personnes ;
- Hygiène et asepsie ;
- Détresses vitales ;
- Bilans ;
- Malaises et la maladie ;
- Accidents de la peau ;
- Traumatismes des os et des articulations ;
- Relevages ;
- Brancardages et le transport ;
- Atteintes liées aux circonstances ;
- Affections spécifiques ;
- Souffrances psychiques et les comportements inhabituels ;
- Situations avec de multiples victimes ;
- Secours sur accident de la route.

3. Protection des personnes et des biens, opérations diverses

- Opérations d'épuisement ;
- Risques animaliers :
 - Diverses espèces d'animaux, leur comportement et le danger qu'ils présentent ;
 - Matériels et techniques adaptées ;
- Dégagement de personne d'une cabine d'ascenseur ;
- Fuite de gaz ;
- Autres interventions.

4. Techniques opérationnelles

- Équipement de protection individuelle : appareil respiratoire isolant ;
- Lot de sauvetage et de protection contre les chutes ;
- Les échelles ;
- Éléments de construction ;
- Topographie ;
- Transmissions ;
- Techniques, manœuvres et matériels communs à divers types d'opérations ;
- Règles de sécurité.

5. Culture administrative

- Institutions politiques et administratives de la France ;
- Services d'incendie et de secours ;
- Bases du droit de la fonction publique.

4.2 Programme des épreuves de pré-admission des deux concours

Les épreuves de pré-admission sont les suivantes :

- 1. Épreuve de natation (50 mètres en nage libre) ;
- 2. Épreuve de parcours professionnel adapté ;
- 3. Épreuve d'endurance cardio-respiratoire (Luc Léger).

Une pause d'une heure au moins devra séparer chacune des épreuves. Le candidat n'a droit qu'à un seul essai par épreuve.

Les barèmes appliqués tiennent compte de la performance réalisée et du sexe du candidat.

La note finale des épreuves physiques est obtenue en opérant la moyenne, au centième par défaut, des notes attribuées au candidat aux épreuves de parcours professionnel adapté et d'endurance cardio-respiratoire conformément aux barèmes de notation, distincts pour les hommes et les femmes.

1. Épreuve de natation (50 mètres nage libre)

a) Tenue

Cette épreuve se déroule en maillot de bain, (slip de bain pour les hommes, maillot une pièce pour les femmes).

Tout autre tenue est interdite (ex : short de bain, combinaison).

A l'exception du bonnet de bain, aucun accessoire n'est autorisé. Les verres de contact peuvent être portés sans lunettes de natation sous la seule responsabilité du candidat.

b) Description

Le candidat doit sauter ou plonger du bord de la piscine afin d'effectuer un parcours de 50 mètres en nage libre sans arrêt.

En cas d'utilisation d'un bassin de 25 mètres, seul le plan vertical du mur devra être touché par une partie quelconque du corps au moins lors du virage.

c) Barème

Pour être déclaré en réussite, le candidat doit réaliser l'épreuve dans un temps maximum de 50 secondes pour les hommes et d'une minute pour les femmes. A défaut, le candidat est déclaré en échec.

2. Épreuve de parcours professionnel adapté

a) Tenue

Cette épreuve se déroule en tenue de sport, le candidat est équipé pendant toute la durée de l'épreuve d'une charge dorsale fixée sur un dossard d'ARI dont la masse totale est de 22 kg plus ou moins 500 grammes.

A l'exception de la magnésie qui est autorisée, tout autre substance additionnelle ou tout autre accessoire sont interdits (ex : gants et assimilés, protection de genoux,...).

b) Déroulement chronologique de l'épreuve

L'épreuve consiste à réaliser un parcours comprenant six étapes. Chaque étape doit être validée par le candidat pour qu'il puisse poursuivre le parcours à l'étape suivante.

Le chronomètre est déclenché lorsque le candidat se met en mouvement pour débiter le parcours.

Un examinateur accompagne le candidat tout au long du parcours. Chaque faute constatée par l'examineur sera indiquée au candidat qui devra la corriger immédiatement conformément au descriptif suivant.

c) Descriptif des étapes

L'ensemble des étapes se déroule sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 18 mètres avec une zone supplémentaire de 1 mètre de part et d'autre désignée dans le texte « zone de 1 m en bout de piste » (piste de l'épreuve du Luc LEGER).

Étape 1

Cette étape se déroule sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 18 mètres et la zone de 1 m en bout de piste.

Avant le départ, les deux pieds du candidat se trouvent avant la ligne délimitant la piste. Le candidat réalise un aller-retour en franchissant la ligne opposée délimitant la piste située à 18 mètres avec au moins un pied qui devra toucher le sol et repartir en sens inverse pour revenir à sa place initiale.

Dans la zone de 1 m en bout de piste, se trouve une barre fixe de 2,5 à 3,5 centimètres de diamètre, placée à une hauteur minimale d'1,90 mètre qui permet au candidat de se suspendre totalement sans toucher le sol et sans que l'espace libre ne soit supérieur à 30 cm environ. Un dispositif de 5 cm de largeur plus ou moins 1 cm et 5 cm de diamètre plus ou moins 1 cm est fixé au centre de la barre. Le candidat saisit librement la barre fixe à deux mains qu'il place d'un côté du repère central. D'une position stationnaire, où seules les mains sont en contact avec la barre fixe et les pieds décollés du sol, le candidat réalise une translation afin de saisir des deux mains la barre de l'autre côté du repère. Il réalise ensuite une nouvelle translation afin de saisir des deux mains la barre de l'autre côté du repère, lieu de position de départ, puis repose les pieds au sol.

L'étape n° 1 est validée lorsque le candidat descend de la barre fixe et se tient en station debout sur ses deux pieds.

Étape 2

Cette étape se déroule sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 18 mètres. Le centre d'un obstacle d'une longueur de 3 mètres, d'une largeur de 25 centimètres et d'une hauteur de 30 centimètres (banc suédois) est placé à mi-distance, dans le sens longitudinal de la piste. Deux repères visuels placés à 50 centimètres de chaque extrémité du banc déterminent la zone d'entrée et de sortie de cet obstacle.

Avant le départ, les deux pieds du candidat se trouvent avant la ligne délimitant la piste. Le candidat saisit une charge de 20 kg (sac à poignée centrale) dans une main et parcourt un aller de 18 mètres qui comprend la traversée de l'obstacle de bout en bout. La montée sur l'obstacle se fait par l'appui de tout ou partie d'un pied au moins dans la zone d'entrée. La descente de l'obstacle se fait après l'appui au moins de tout ou partie d'un pied dans la zone de sortie.

Le candidat franchit la ligne délimitant la piste située à 18 mètres, dépose la charge de 20 kg au sol derrière la ligne et la saisit avec l'autre main. Il réalise le trajet retour en franchissant l'obstacle dans les mêmes conditions que durant le trajet aller.

L'étape n° 2 est validée lorsque le candidat franchit entièrement le banc et pose les deux pieds au sol.

Étape 3

Cette étape se déroule à l'aide de deux marches matérialisées par une marche placée contre le banc en son centre et le banc lui-même ainsi que deux charges de 20 kg chacune (sacs à poignées centrales).

Dès la descente du banc au terme de l'étape 2, le candidat saisit la seconde charge de 20 kg placée sur la première marche. Une charge dans chaque main, soit 40 kg, le candidat effectue 10 montées et descentes sur les marches telles que définies ci-dessus.

A chaque reprise, les deux pieds ont un appui sur le sol et sur la surface supérieure du banc. Le nombre de réalisations validé est compté à voix haute par l'examineur.

Lorsque l'examineur a compté 10, le candidat dépose l'une des deux charges sur l'emplacement initial et termine le trajet retour de l'étape 3 pour franchir la ligne délimitant la piste située à 18 mètres.

L'étape n° 3 est validée lorsque le candidat franchit entièrement la ligne délimitant la piste.

Étape 4

Cette étape se déroule à l'aide d'une charge de 10 kg (sac à poignées) et d'un repère visuel à une hauteur de 1,60 m sur un support vertical positionné dans la zone d'un mètre en bout de piste.

Le candidat saisit la charge de 10 kg placée au sol et touche alternativement le repère puis le sol sans lâcher la charge. Il répète 10 fois cet exercice.

Chaque touché au sol validé est compté à voix haute par l'examineur.

L'étape n° 4 est validée lorsque l'examineur a compté le dixième touché au sol.

Étape 5

Cette étape se déroule sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 18 mètres. Un obstacle dans le sens longitudinal de la piste dont le centre est placé à mi-distance est matérialisé par un dispositif en tunnel de 3 mètres de longueur, de 1,20 mètre de largeur minimum et d'une hauteur comprise entre 65 et 70 centimètres.

Une charge de 40 kg, munie d'une sangle de 1,20 m est placée dans l'axe du tunnel au-delà de la ligne opposée dans la zone de 1 m en bout de piste.

En restant dans la zone d'un mètre en bout de piste, le candidat saisit une corde de 12 mm de diamètre (type LSPCC) reliée à la charge et la tracte vers lui sur 18 m jusqu'à ce que celle-ci franchisse entièrement la ligne délimitant la piste.

Durant la traction, au moins un pied du candidat se trouve dans la zone de 1 m en bout de piste. Le candidat saisit alors la charge par la sangle et retourne la déposer à sa place initiale en passant sous l'obstacle.

Enfin, le candidat réalise le trajet retour en passant sous l'obstacle.

L'étape n° 5 est validée lorsque le candidat franchit entièrement la ligne délimitant la piste avec au moins un pied.

Étape 6

Cette étape se déroule sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 18 mètres.

Avant le départ, les deux pieds du candidat se trouvent avant la ligne délimitant la piste dans la zone de 1 m en bout de piste. Le candidat saisit une charge de 20 kg dans chaque main, soit 40 kg. Le candidat réalise des allers-retours sur la piste de 18 mètres.

A chaque extrémité, le candidat devra franchir entièrement la ligne délimitant la piste avec au moins un pied qui devra toucher le sol et repartir en sens inverse.

Le candidat est autorisé à poser une ou deux charges dans les zones de 1 m en bout de piste uniquement, les reprendre et poursuivre l'étape.

Si l'une ou les deux charges touchent le sol entre les deux lignes délimitant la piste de 18 m, cette distance n'est pas validée ni comptée et le candidat devra regagner l'une des zones de 1 m en bout de piste afin de poursuivre l'étape.

Chaque distance de 18 mètres validée est comptée à voix haute par l'examineur.

L'étape n° 6 s'arrête lorsque :

- Le candidat valide 15 fois la distance de 18 mètres ;
- Le temps imparti est écoulé ;
- Le candidat abandonne.

d) Barème

L'épreuve du parcours de robustesse est notée sur 20 points.

Le temps imparti est de quatre minutes pour les hommes et cinq minutes trente secondes pour les femmes.

Lorsque le temps imparti est écoulé, l'épreuve s'arrête.

Chacune des cinq premières étapes validées compte pour un point.

Au cours de l'étape 6, chacune des distances de 18 mètres validée compte pour un point.

3. Épreuve d'endurance cardio-respiratoire (Luc Léger)

a) Tenue

Cette épreuve se déroule en tenue de sport, avec chaussures sans pointe. Un dossard numéroté identifie chaque candidat.

b) Description

Cette épreuve consiste à courir en navette sur une piste délimitée par deux lignes espacées de 20 mètres au rythme d'une bande sonore qui indique au candidat le nombre de paliers atteints. Les lignes font parties de la piste. En début d'épreuve, la vitesse est lente puis elle augmente par palier toutes les soixante secondes.

Avant le départ, les deux pieds du candidat se trouveront avant la ligne délimitant la piste.

Le candidat qui glisse ou tombe pendant l'épreuve est autorisé à la poursuivre dans la mesure où cette chute ne modifie pas le nombre de navettes.

Le candidat doit régler sa vitesse de manière à se trouver en bout de piste au moment où retentit le signal sonore. A chaque fois, le candidat devra franchir entièrement la ligne délimitant la piste avec au moins un pied qui devra toucher le sol et repartir en sens inverse. A chacune des extrémités de la piste, un volume de tolérance sera matérialisé au sol par une ligne, faisant partie de ce volume, tracée à un mètre avant la ligne délimitant la piste et à l'intérieur de celle-ci. Le volume de tolérance s'inscrit entre ces deux lignes. Lorsque le signal sonore retentit, le candidat devra être entré à l'aide d'une partie quelconque du pied dans le volume de tolérance d'un mètre.

L'épreuve prend fin lorsque le candidat ne peut plus suivre l'allure imposée, c'est-à-dire lorsqu'il n'est pas entré à l'aide d'une partie quelconque du pied dans le volume de tolérance d'un mètre lorsque le signal sonore retentit, lorsqu'il ne franchit pas entièrement la ligne délimitant la piste avec au moins un pied qui devra toucher le sol ou lorsqu'il abandonne.

c) Barème

L'épreuve d'endurance cardio-respiratoire est notée sur 20 points selon le barème suivant :

NOTE	HOMME	FEMME
20	14P	11P
19	13P45sec	10P45sec
18	13P30sec	10P30sec
17	13P15sec	10P15sec
16	13P	10P
15	12P45sec	9P45sec
14	12P30sec	9P30sec
13	12P15sec	9P15sec
12	12P	9P
11	11P30sec	8P45sec
10	11P	8P30sec
9	10P30sec	8P
8	10P	7P30sec
7	9P30sec	7P
6	9P	6P30sec
5	8P30sec	6P
4	8P	5P30sec
3	7P30sec	5P
2	7P	4P30sec
1	6P30sec	4P
0	6P	3P30sec