

Admission sur liste « Espoir » 2017/18

La procédure d'admission s'adresse aux sportifs âgés de 15 à 18 ans en 2018 (sportifs nés de 2000 à 2003) qui souhaitent :

- Accéder à la liste Espoir,
- Bénéficier d'une nouvelle inscription sur cette liste en 2018,
- Accéder à une structure d'entraînement labellisée¹ en 2017-2018 (Pôle Espoir, Dispositif Régional d'Excellence, Club d'Excellence Kayak Polo, Pôle Espoir Outre-Mer)

Les candidats devront se faire connaître en transmettant les informations suivantes :

NOM :

PRENOM :

Sexe :

Date de naissance :

Embarcation monoplace de passage du test en eau plate : Canoë ou kayak

Discipline :

Nom complet du Club :

L'ensemble de ces éléments de candidature doivent être transmis avant le 28 février 2017 au Conseiller Technique Sportif de leur région pour validation.

Lieux et horaires des tests

Les tests d'admission se dérouleront le samedi 11 mars et/ou dimanche 12 Mars 2017 sur les Pôles France sauf pour l'Inter Région Nord où ils se dérouleront sur la Base Nautique de Saint Laurent Blangy et pour les régions d'outre-mer où ils seront effectués sur place. Une information précisant les lieux et horaires précis de rendez-vous sera diffusée fin février 2017 par les Directeurs de Pôle France aux athlètes inscrits.

Répartition des régions :

Pôle France de Cesson Sévigné : Bretagne, Pays de la Loire, Centre-Val de Loire.

Pôle France de Nancy : Grand Est, Bourgogne-Franche-Comté, Auvergne-Rhône Alpes.

Pôle France de Toulouse : Nouvelle Aquitaine, Occitanie, Provence-Alpes Côte d'Azur.

Pôle France de Vaires/Marne (St Laurent Blangy) : Ile de France, Normandie, Haut de France.

Nota : Pour certains clubs situés en limite géographique d'un territoire, une dérogation de participation sur un pôle France différent de celui prévu peut être envisagé en fonction des possibilités d'accueil. La demande devra être formulée auprès des Directeurs des Pôles France concernés.

¹ * sous réserve de validation du plan de performance fédéral par le ministère chargé des sports

Documents et matériels nécessaires

- **Deux bateaux** (directeur et manœuvrier) et accessoires complets.
- Prévoir obligatoirement **une tenue de course à pied** (dont short et chaussures) **et de musculation** (dont chaussures de sport, serviette éponge).

Contenu et évaluation des tests

Le résultat de chaque épreuve sera noté de 0 à 5 et donnera lieu à l'établissement d'une note finale moyenne. **La proposition d'inscription sur la liste nationale Espoir et la possibilité d'intégration d'une structure du PES de niveau 2 (accès au haut niveau) relèveront des décisions de la commission nationale d'admission.**

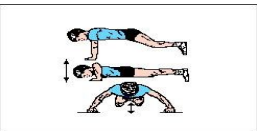
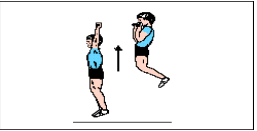
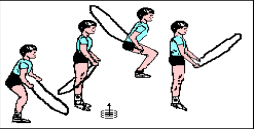
Important : Le nombre maximal d'athlètes inscrits annuellement pour le Canoë Kayak sur la liste Espoir étant (226), seuls les athlètes entrant dans ce quota au classement national final pourront être proposés à une inscription en liste Espoir.

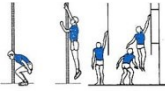

La commission nationale d'admission du 20 mars 2017

- Validera la liste des sportifs proposés à l'inscription en liste ministérielle « Espoir ». Les sportifs mis en liste auront 2 mois à compter du 1^{er} novembre (date de parution de la mise en liste) pour satisfaire à la Surveillance Médicale Réglementaire. Si cela n'est pas le cas au 1^{er} janvier 2018 la commission effectuera une demande de sortie de liste auprès du ministère en charge des sports.
- Validera la liste des sportifs, non retenus en liste « Espoir » mais autorisés à s'inscrire dans une de structure d'accès au haut niveau du PES (sous réserve de satisfaire au 18 septembre 2017 aux examens médicaux préalables requis pour une 1^{ère} inscription en liste).

Important : Les athlètes inscrits sur cette liste des « admissibles en structure PES en 2016/17 et présents sur une de ces structures, ne pourront bénéficier de cette présence une deuxième année que s'ils sont admis en Liste Espoir en 2018.

1. Les épreuves Physiques :

<p><u>Course à pied : 5000 M</u></p> <p>Endurance physique et volonté</p>	<p><u>Protocole</u></p> <p>En confrontation directe sur piste</p> <p>Coefficient : 3</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Course à Pied</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>A partir de 27:00</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>de 26:00 à 26:59</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>de 25:00 à 25:59</td><td>0</td><td>2</td></tr> <tr><td>de 24:00 à 24:59</td><td>0</td><td>3</td></tr> <tr><td>de 23:00 à 23:59</td><td>0</td><td>4</td></tr> <tr><td>de 22:00 à 22:59</td><td>1</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 21:00 à 21:59</td><td>2</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 20:00 à 20:59</td><td>3</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 19:00 à 19:59</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>moins de 19:00</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Course à Pied	Hommes	Femmes	A partir de 27:00	0	0	de 26:00 à 26:59	0	1	de 25:00 à 25:59	0	2	de 24:00 à 24:59	0	3	de 23:00 à 23:59	0	4	de 22:00 à 22:59	1	5	de 21:00 à 21:59	2	5	de 20:00 à 20:59	3	5	de 19:00 à 19:59	4	5	moins de 19:00	5	5	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Course à Pied</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>A partir de 27:00</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>de 26:00 à 26:59</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>de 25:00 à 25:59</td><td>0</td><td>2</td></tr> <tr><td>de 24:00 à 24:59</td><td>0</td><td>3</td></tr> <tr><td>de 23:00 à 23:59</td><td>0</td><td>4</td></tr> <tr><td>de 22:00 à 22:59</td><td>1</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 21:00 à 21:59</td><td>2</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 20:00 à 20:59</td><td>3</td><td>5</td></tr> <tr><td>de 19:00 à 19:59</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>moins de 19:00</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Course à Pied	Hommes	Femmes	A partir de 27:00	0	0	de 26:00 à 26:59	0	1	de 25:00 à 25:59	0	2	de 24:00 à 24:59	0	3	de 23:00 à 23:59	0	4	de 22:00 à 22:59	1	5	de 21:00 à 21:59	2	5	de 20:00 à 20:59	3	5	de 19:00 à 19:59	4	5	moins de 19:00	5	5
Course à Pied	Hommes	Femmes																																																																			
A partir de 27:00	0	0																																																																			
de 26:00 à 26:59	0	1																																																																			
de 25:00 à 25:59	0	2																																																																			
de 24:00 à 24:59	0	3																																																																			
de 23:00 à 23:59	0	4																																																																			
de 22:00 à 22:59	1	5																																																																			
de 21:00 à 21:59	2	5																																																																			
de 20:00 à 20:59	3	5																																																																			
de 19:00 à 19:59	4	5																																																																			
moins de 19:00	5	5																																																																			
Course à Pied	Hommes	Femmes																																																																			
A partir de 27:00	0	0																																																																			
de 26:00 à 26:59	0	1																																																																			
de 25:00 à 25:59	0	2																																																																			
de 24:00 à 24:59	0	3																																																																			
de 23:00 à 23:59	0	4																																																																			
de 22:00 à 22:59	1	5																																																																			
de 21:00 à 21:59	2	5																																																																			
de 20:00 à 20:59	3	5																																																																			
de 19:00 à 19:59	4	5																																																																			
moins de 19:00	5	5																																																																			
<p><u>Pompes</u></p>  <p>Force physique et volonté</p>	<p><u>Protocole</u></p> <p>Nombre maximum de pompes en 2 min. Sans interruption.</p> <p>Coefficient :1,5</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Pompes</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 15</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>16 à 30</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>31 à 45</td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>46 à 60</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>61 à 75</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>76 à 90</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>à partir de 91</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Pompes	Hommes	Femmes	0 à 15	0	0	16 à 30	0	1	31 à 45	1	2	46 à 60	2	3	61 à 75	3	4	76 à 90	4	5	à partir de 91	5	5	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Pompes</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 15</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>16 à 30</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>31 à 45</td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>46 à 60</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>61 à 75</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>76 à 90</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>à partir de 91</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Pompes	Hommes	Femmes	0 à 15	0	0	16 à 30	0	1	31 à 45	1	2	46 à 60	2	3	61 à 75	3	4	76 à 90	4	5	à partir de 91	5	5																		
Pompes	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 15	0	0																																																																			
16 à 30	0	1																																																																			
31 à 45	1	2																																																																			
46 à 60	2	3																																																																			
61 à 75	3	4																																																																			
76 à 90	4	5																																																																			
à partir de 91	5	5																																																																			
Pompes	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 15	0	0																																																																			
16 à 30	0	1																																																																			
31 à 45	1	2																																																																			
46 à 60	2	3																																																																			
61 à 75	3	4																																																																			
76 à 90	4	5																																																																			
à partir de 91	5	5																																																																			
<p><u>Tractions</u></p>  <p>Force physique et volonté</p>	<p><u>Protocole</u></p> <p>Nombre maximum de tractions en 2 min. Sans interruption.</p> <p>Coefficient :1,5</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Tractions</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 3</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>4 à 10</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>11 à 15</td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>16 à 20</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>21 à 25</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>26 à 30</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>à partir de 31</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Tractions	Hommes	Femmes	0 à 3	0	0	4 à 10	0	1	11 à 15	1	2	16 à 20	2	3	21 à 25	3	4	26 à 30	4	5	à partir de 31	5	5	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Tractions</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 3</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>4 à 10</td><td>0</td><td>1</td></tr> <tr><td>11 à 15</td><td>1</td><td>2</td></tr> <tr><td>16 à 20</td><td>2</td><td>3</td></tr> <tr><td>21 à 25</td><td>3</td><td>4</td></tr> <tr><td>26 à 30</td><td>4</td><td>5</td></tr> <tr><td>à partir de 31</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Tractions	Hommes	Femmes	0 à 3	0	0	4 à 10	0	1	11 à 15	1	2	16 à 20	2	3	21 à 25	3	4	26 à 30	4	5	à partir de 31	5	5																		
Tractions	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 3	0	0																																																																			
4 à 10	0	1																																																																			
11 à 15	1	2																																																																			
16 à 20	2	3																																																																			
21 à 25	3	4																																																																			
26 à 30	4	5																																																																			
à partir de 31	5	5																																																																			
Tractions	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 3	0	0																																																																			
4 à 10	0	1																																																																			
11 à 15	1	2																																																																			
16 à 20	2	3																																																																			
21 à 25	3	4																																																																			
26 à 30	4	5																																																																			
à partir de 31	5	5																																																																			
<p><u>Corde à sauter</u></p>  <p>Coordination et vigilance</p>	<p>Nombre de tours réalisés en 2 min. sans interruption (1 seul essai)</p> <p><i>Echauffement et entraînement préalable</i></p> <p>Coefficient : 1</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Corde à sauter</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 100</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>101 à 150</td><td>1</td><td>1</td></tr> <tr><td>151 à 200</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>201 à 250</td><td>3</td><td>3</td></tr> <tr><td>251 à 300</td><td>4</td><td>4</td></tr> <tr><td>à partir de 301</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Corde à sauter	Hommes	Femmes	0 à 100	0	0	101 à 150	1	1	151 à 200	2	2	201 à 250	3	3	251 à 300	4	4	à partir de 301	5	5	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Corde à sauter</th> <th>Hommes</th> <th>Femmes</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>0 à 100</td><td>0</td><td>0</td></tr> <tr><td>101 à 150</td><td>1</td><td>1</td></tr> <tr><td>151 à 200</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>201 à 250</td><td>3</td><td>3</td></tr> <tr><td>251 à 300</td><td>4</td><td>4</td></tr> <tr><td>à partir de 301</td><td>5</td><td>5</td></tr> </tbody> </table>	Corde à sauter	Hommes	Femmes	0 à 100	0	0	101 à 150	1	1	151 à 200	2	2	201 à 250	3	3	251 à 300	4	4	à partir de 301	5	5																								
Corde à sauter	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 100	0	0																																																																			
101 à 150	1	1																																																																			
151 à 200	2	2																																																																			
201 à 250	3	3																																																																			
251 à 300	4	4																																																																			
à partir de 301	5	5																																																																			
Corde à sauter	Hommes	Femmes																																																																			
0 à 100	0	0																																																																			
101 à 150	1	1																																																																			
151 à 200	2	2																																																																			
201 à 250	3	3																																																																			
251 à 300	4	4																																																																			
à partir de 301	5	5																																																																			

<p><u>Détente verticale</u></p> <p>Explosivité</p> 	<p><u>Protocole</u></p> <p>2 essais, pieds joints à une main</p> <p>Coefficient : 1</p>	<p>Détente Verticale, mesurée en cm</p> <p>moins de 41 cm</p> <p>41 à 45 cm</p> <p>46 à 50 cm</p> <p>51 à 55 cm</p> <p>56 à 60 cm</p> <p>61 à 65 cm</p> <p>à partir de 66 cm</p>	<p>Hommes</p> <p>0</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p>	<p>Femmes</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p>
<p><u>Souplesse</u></p> 	<p><u>Protocole</u></p> <p>Fermeture du buste, mesurée en cm en dessus ou en dessous des pieds. Position maintenue.</p> <p>Coefficient : 1</p>	<p>Souplesse, mesurée en cm</p> <p>plus de 14 cm</p> <p>de 14 à 5 cm</p> <p>de 4 à -5 cm</p> <p>de -6 à -15 cm</p> <p>de -16 à -25 cm</p> <p>à partir de -26 cm</p>	<p>Hommes</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p>	<p>Femmes</p> <p>0</p> <p>1</p> <p>2</p> <p>3</p> <p>4</p> <p>5</p>

2. Les épreuves de navigation :

- Canoë ou Kayak monoplace en eau plate sur 2000m (avec un virage) en contre la montre et 200m (départ arrêté en confrontation). Epreuve à **coefficient 2**

barème 2000 m	Kayak Homme	Kayak Dame et Canoë Homme	Canoë Dame
plus de 16:40,0	0	0	0
16:40,0	0	0	1
15:30,0	0	0	2
14:15,0	0	1	3
13:20,0	0	2	4
12:20,0	1	3	5
11:25,0	2	4	5
10:40,0	3	5	5
09:47,0	4	5	5
09:20,0	5	5	5

barème 200 m	Kayak Homme	Kayak Dame et Canoë Homme	Canoë Dame
plus de 01:20,0	0	0	0
01:20,0	0	0	1
01:15,0	0	0	2
01:07,0	0	1	3
01:02,0	0	2	4
00:58,0	1	3	5
00:53,0	2	4	5
00:49,0	3	5	5
00:45,0	4	5	5
00:42,0	5	5	5

- Canoë ou kayak monoplace en eau vive (classe II) sur un parcours slalomé. Epreuve à **coefficient 2**

Résultat du test (attribution d'une note de 0 à 5) selon les critères suivants :

- 5 : Trajectoire fluide et précise, efficacité et anticipation des actions
- 4 : Bon contrôle du bateau, peu d'anticipation des actions
- 3 : Parcours respecté avec beaucoup de difficulté, trajectoires approximatives
- 2 : Pas de maîtrise du bateau, non respect du parcours imposé
- 1 : Pas de maîtrise du bateau, non respect du parcours imposé
- 0 : Refus d'embarquer

- Esquimautage à réaliser en eau calme. Epreuve **obligatoire** pour l'inscription en Liste Espoir (rattrapage possible avant le 01/09/2017).
3. **L'entretien individuel :** celui-ci doit permettre d'évaluer la cohérence du double projet, sportif et de formation des candidats. Il prend également en compte le niveau sportif déjà atteint par chaque candidat. Cet entretien est noté de 0 à 5 avec un **coefficient 15**.