



TEP : BPJEPS MAPST

TEST NAVETTE «LUC LÉGER» : TEST DE COURSE À PIED

PALLIER

FEMMES

HOMMES

- est validé lorsque le palier 6 est réalisé

- est validé lorsque le palier 8 est réalisé

PARCOURS DE MOTRICITÉ

TEMPS MAX DE RÉALISATION DU PARCOURS

Femmes

Hommes

2'06 pénalités incluses

1'46 pénalités incluses

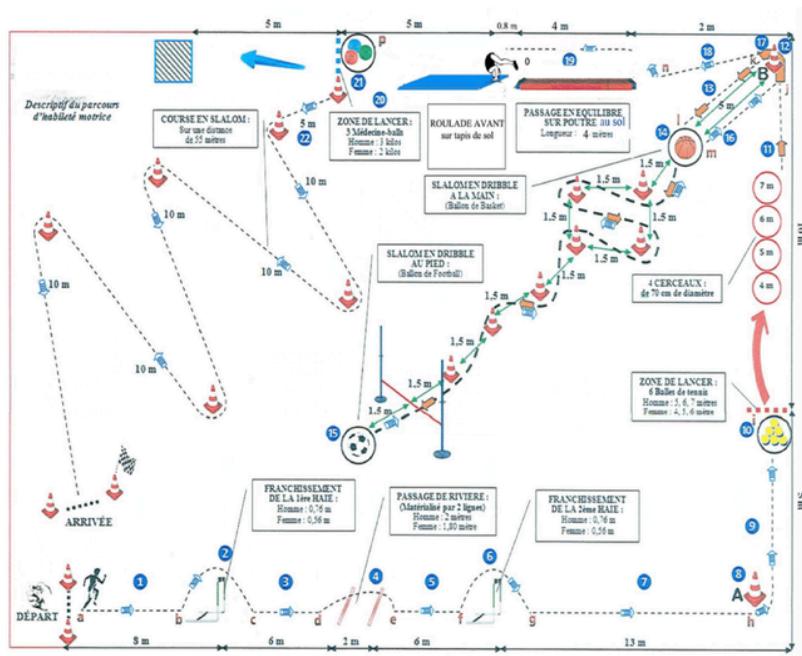
BONIFICATION POUR LES CANDIDATS PLUS ÂGÉS

Femmes

Hommes

de 40 à 51 ans : 2'11
+ de 51 ans : 2'16

de 40 à 51 ans : 1'51
+ de 51 ans : 1'56



ATELIERS N°**CRITÈRES DE VALIDATION****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 / Le ballon n'est pas immobilisé dans le cerceau / L'élastique est touchée lors de son franchissement / L'élastique est franchi balle tenue / Le ballon est portée 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 franchit par le candidat. Pour chaque médecine-ball ne franchissant pas la ligne située à 5 mètres de la zone de lancer