

## EPREUVES PHYSIQUES BPAAN 2020



### LES TESTS DES EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION (EPEF)

800 M nage libre à effectuer en moins de 16 mn

Sont dispensés de ce 800 m les détenteurs :

- D'une attestation de réalisation d'un 800 mètres en compétition officielle (FFN)
- D'un pass ' compétition délivré par l'ENF
- De la préformation modulaire du BEESAN ou le cycle 1 du BEESAN en contrôle continu

**!!! Vous devez être titulaire du BNSSA !!!**

### LES TESTS DE SELECTION IRSS

#### EPREUVE PHYSIQUE DE SELECTION : 200 Mètres 4 nages

Barème de l'épreuve : Le candidat se voit créditer 2 secondes supplémentaires par fautes commises (non-conformité du virage, de la coulée, de la technique de nage)

#### Epreuve chronométrée 200 m 4 nages

Epreuve effectuée selon les règles techniques de la FINA

Notes	Garçons	Filles
20	2 ' 14	2 ' 26
19.5	2 ' 16	2 ' 27 " 5
19	2 ' 18	2 ' 29
18.5	2 ' 20	2 ' 30 " 5
18	2 ' 22	2 ' 32
17.5	2 ' 23 " 5	2 ' 34 " 5
17	2 ' 27	2 ' 37
16.5	2 ' 29 " 5	2 ' 39 " 5
16	2 ' 32	2 ' 42
15.5	2 ' 35	2 ' 45
15	2 ' 38	2 ' 49
14.5	2 ' 41	2 ' 52
14	2 ' 44	2 ' 55
13.5	2 ' 47 " 5	2 ' 59
13	2 ' 51	3 ' 03
12.5	2 ' 55	3 ' 07 " 5
12	2 ' 59	3 ' 12
11.5	3 ' 03 " 5	3 ' 16 " 5
11	3 ' 08	3 ' 21
10.5	3 ' 13	3 ' 26 " 5
10	3 ' 18	3 ' 32
9.5	3 ' 24	3 ' 38 " 5
9	3 ' 30	3 ' 45
8.5	3 ' 37 " 5	3 ' 52 " 5
8	3 ' 45	4 ' 00
7.5	3 ' 52 " 5	4 ' 07 " 5
7	4 ' 00	4 ' 15
6.5	4 ' 07 " 5	4 ' 22 " 5
6	4 ' 15	4 ' 30
5.5	4 ' 22 " 5	4 ' 37 " 5
5	4 ' 30	4 ' 45

#### EPREUVE ECRITE DE SELECTION N°1 : EPREUVE REDACTIONNELLE

Cette épreuve porte sur les connaissances générales des activités aquatiques et de la natation, elle a pour finalité l'expression écrite et la réflexion du candidat – durée 1h.

#### EPREUVE ECRITE DE SELECTION N°2 : QCM

Cette épreuve porte sur les connaissances générales liées aux activités aquatiques et de la natation – Durée 30 min.

#### EPREUVE ORALE DE SELECTION

Entretien portant sur les expériences, les motivations le projet professionnel du candidat ainsi que le projet de formation – Durée 15 min.