

Test d'aptitude sportive

Répartition des points

Discipline vertige	Discipline cardio		Discipline natation	Discipline endurance	Discipline adresse		Discipline gainage
Monter l'auto-échelle des pompiers professionnels de 30m de hauteur (Éliminatoire)	Monter des escaliers en tenue de pompier professionnel* (138 marches qui équivalent 7,5 étages)	Monter des escaliers en tenue de pompier professionnel* (138 marches qui équivalent 7,5 étages)	200m natation style brasse	5000m course	Parcours d'adresse en tenue de pompier professionnel* (Éliminatoire si le candidat ne finit pas le parcours complet)	Parcours d'adresse en tenue de pompier professionnel* (Éliminatoire si le candidat ne finit pas le parcours complet)	Rester en position "Planche"
masculin/féminin	masculin	féminin	masculin/féminin	masculin/féminin	masculin	féminin	masculin/féminin
≤ 90 sec : 20 pts	≤ 30 sec : 20 points	≤ 35 sec : 20 points	≤ 4'20" : 20 points	≤ 23'00" : 20 points	≤ 1'00" : 20 points	≤ 1'15" : 20 points	≥ 3'00" : 20 points
> 90 sec : élimination	31 sec : 19 points	36 sec : 19 points	≤ 4'25" : 19 points	≤ 23'15" : 19 points	≤ 1'01" : 19 points	≤ 1'18" : 19 points	≥ 2'50" : 19 points
	32 sec : 18 points	37 sec : 18 points	≤ 4'30" : 18 points	≤ 23'30" : 18 points	≤ 1'02" : 18 points	≤ 1'22" : 18 points	≥ 2'40" : 18 points
	33 sec : 17 points	38 sec : 17 points	≤ 4'35" : 17 points	≤ 23'45" : 17 points	≤ 1'03" : 17 points	≤ 1'26" : 17 points	≥ 2'30" : 17 points
	34 sec : 16 points	39 sec : 16 points	≤ 4'40" : 16 points	≤ 24'00" : 16 points	≤ 1'04" : 16 points	≤ 1'28" : 16 points	≥ 2'15" : 16 points
	35 sec : 15 points	40 sec : 15 points	≤ 4'45" : 15 points	≤ 24'15" : 15 points	≤ 1'05" : 15 points	≤ 1'30" : 15 points	≥ 2'00" : 15 points
	36 sec : 14 points	41 sec : 14 points	≤ 4'50" : 14 points	≤ 24'30" : 14 points	≤ 1'06" : 14 points	≤ 1'32" : 14 points	≥ 1'50" : 14 points
	37 sec : 13 points	42 sec : 13 points	≤ 4'55" : 13 points	≤ 24'45" : 13 points	≤ 1'07" : 13 points	≤ 1'34" : 13 points	≥ 1'45" : 13 points
	38 sec : 12 points	43 sec : 12 points	≤ 5'00" : 12 points	≤ 25'00" : 12 points	≤ 1'08" : 12 points	≤ 1'36" : 12 points	≥ 1'40" : 12 points
	39 sec : 11 points	44 sec : 11 points	≤ 5'05" : 10 points	≤ 25'15" : 10 points	≤ 1'09" : 11 points	≤ 1'38" : 11 points	≥ 1'35" : 11 points
	40 sec : 10 points	45 sec : 10 points	≤ 5'10" : 5 points	≤ 25'30" : 8 points	≤ 1'10" : 10 points	≤ 1'40" : 10 points	≥ 1'30" : 10 points
	41 sec : 9 points	46 sec : 9 points	≤ 5'15" : 1 points	≤ 25'45" : 6 points	≤ 1'15" : 9 points	≤ 1'43" : 9 points	≥ 1'25" : 9 points
	42 sec : 8 points	47 sec : 8 points	> 5'15" : 0 points	≤ 26'00" : 4 points	≤ 1'20" : 8 points	≤ 1'45" : 8 points	≥ 1'20" : 8 points
	43 sec : 7 points	48 sec : 7 points		≤ 26'15" : 2 points	≤ 1'25" : 7 points	≤ 1'50" : 7 points	≥ 1'15" : 7 points
	44 sec : 6 points	49 sec : 6 points		≤ 26'30" : 1 points	≤ 1'30" : 6 points	≤ 1'55" : 6 points	≥ 1'10" : 6 points
	45 sec : 5 points	50 sec : 5 points		> 26'30" : 0 points	≤ 1'35" : 5 points	≤ 2'00" : 5 points	≥ 1'08" : 5 points
	46 sec : 4 points	51 sec : 4 points			≤ 1'40" : 4 points	≤ 2'05" : 4 points	≥ 1'06" : 4 points
	47 sec : 3 points	52 sec : 3 points			≤ 1'45" : 3 points	≤ 2'10" : 3 points	≥ 1'04" : 3 points
	48 sec : 2 points	53 sec : 2 points			≤ 1'50" : 2 points	≤ 2'20" : 2 points	≥ 1'02" : 2 points
	49 sec : 1 points	54 sec : 1 points			≤ 1'55" : 1 points	≤ 2'25" : 1 points	≥ 1'00" : 1 points
	≥ 50 sec : 0 points	≥ 55 sec : 0 points			> 1'55" : 0 points	> 2'25" : 0 points	< 1'00" : 0 points

< 50% du total des points = Echec

* les équipements seront fournis sur place par le CGDIS (veste nomex, pantalon nomex, gants nomex, casque de pompier, appareil respiratoire isolant avec bouteille de 6l d'air comprimé)