



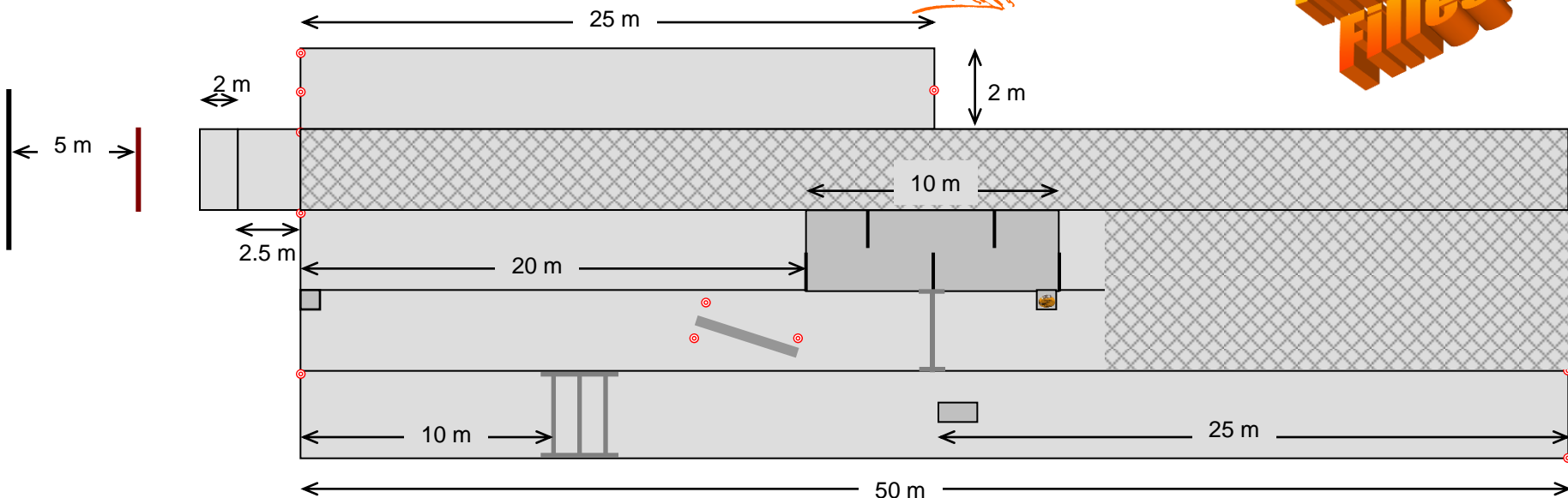
Parcours **S**portif **S**apeurs **P**ompiers



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Minimes
Filles



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir. La surface libre de cette fenêtre est délimitée par les deux pieds de la fenêtre réglementaire et une barre horizontale placée à 0,50 m du sol.

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 0,60 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 5 kg

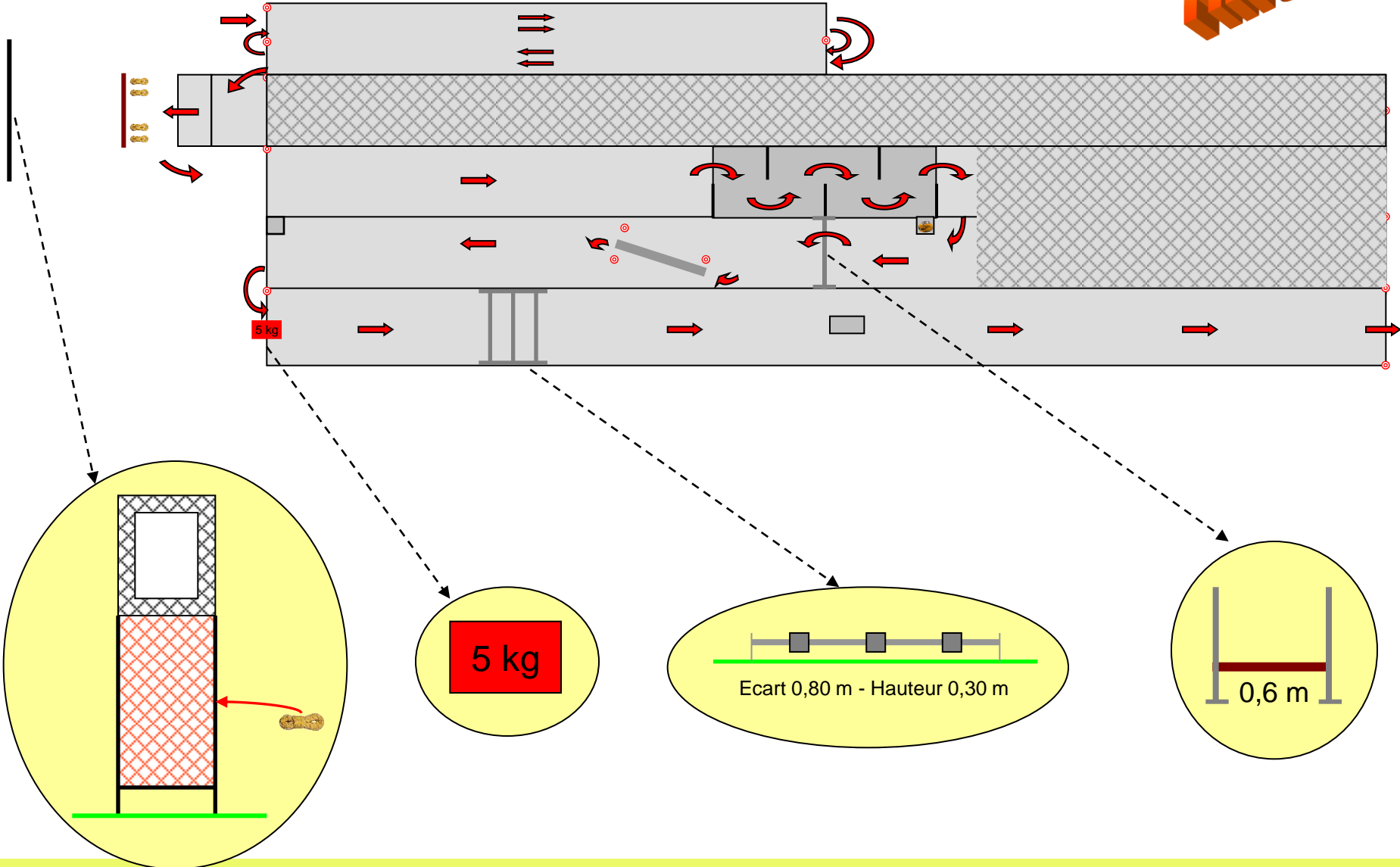
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 0,80 m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,30 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



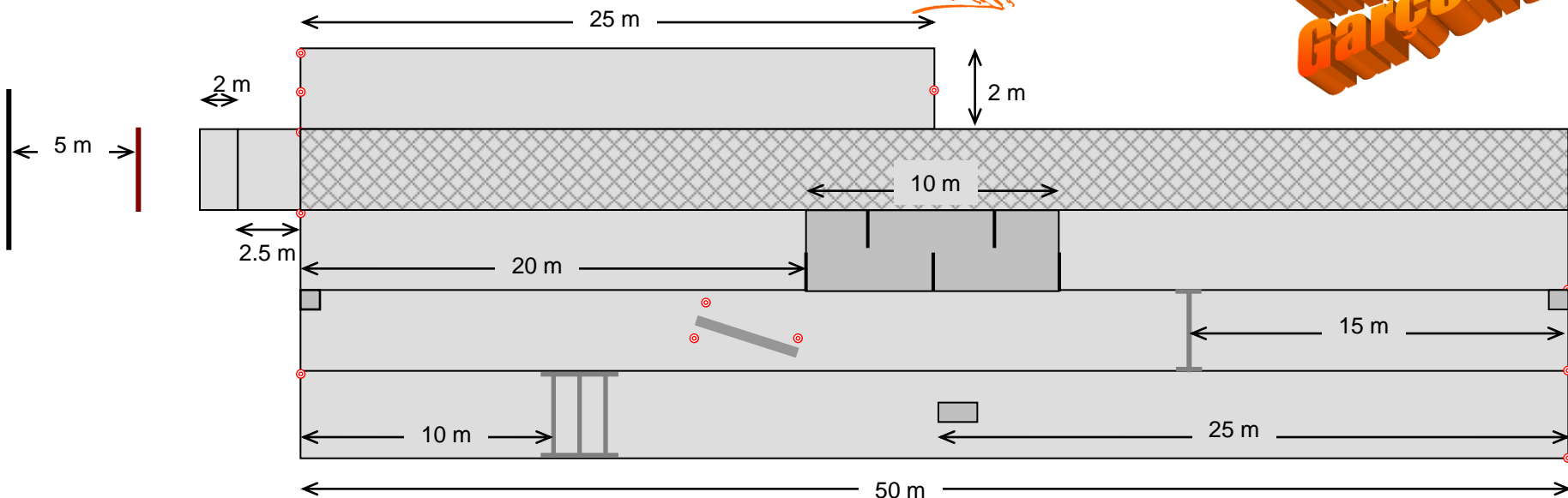
Minimes
Files



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Minimes
Garçons



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 0,80 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 10 kg

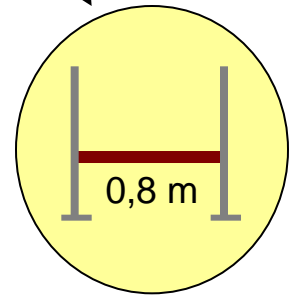
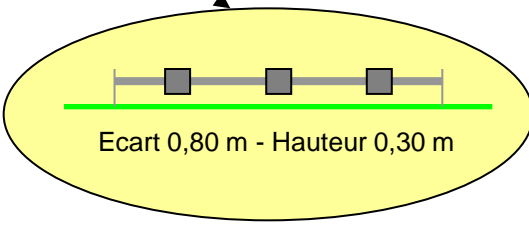
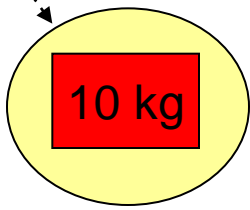
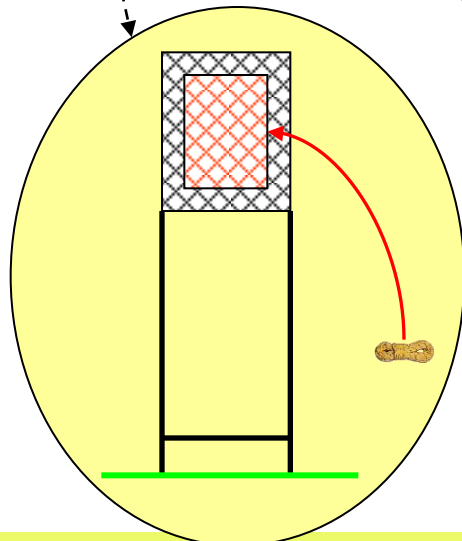
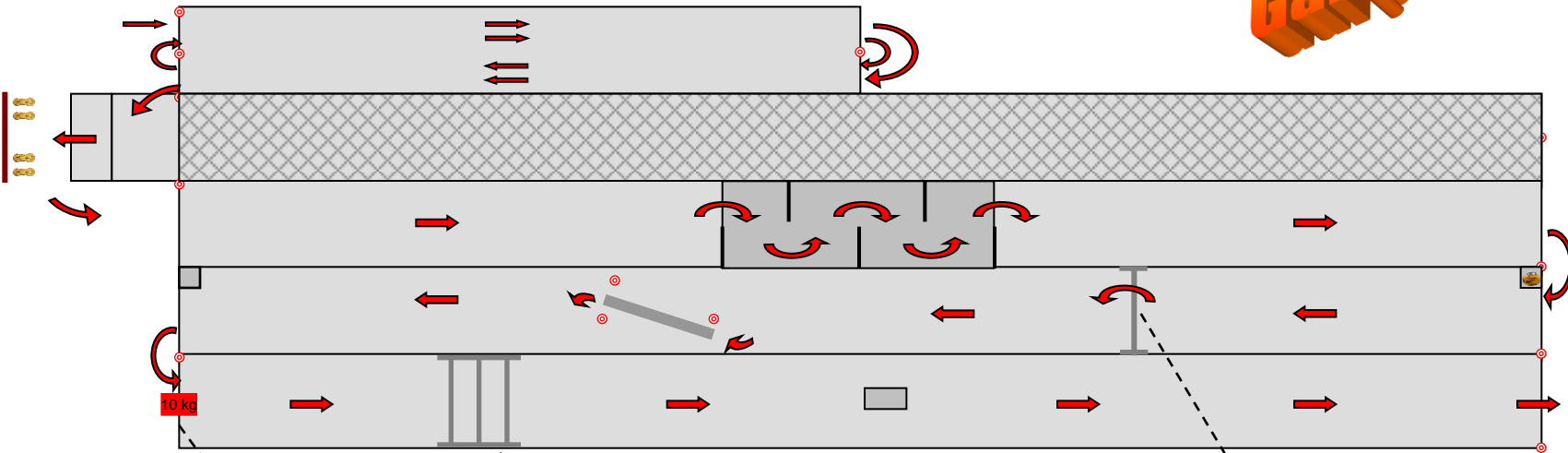
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 0,80 m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,30 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



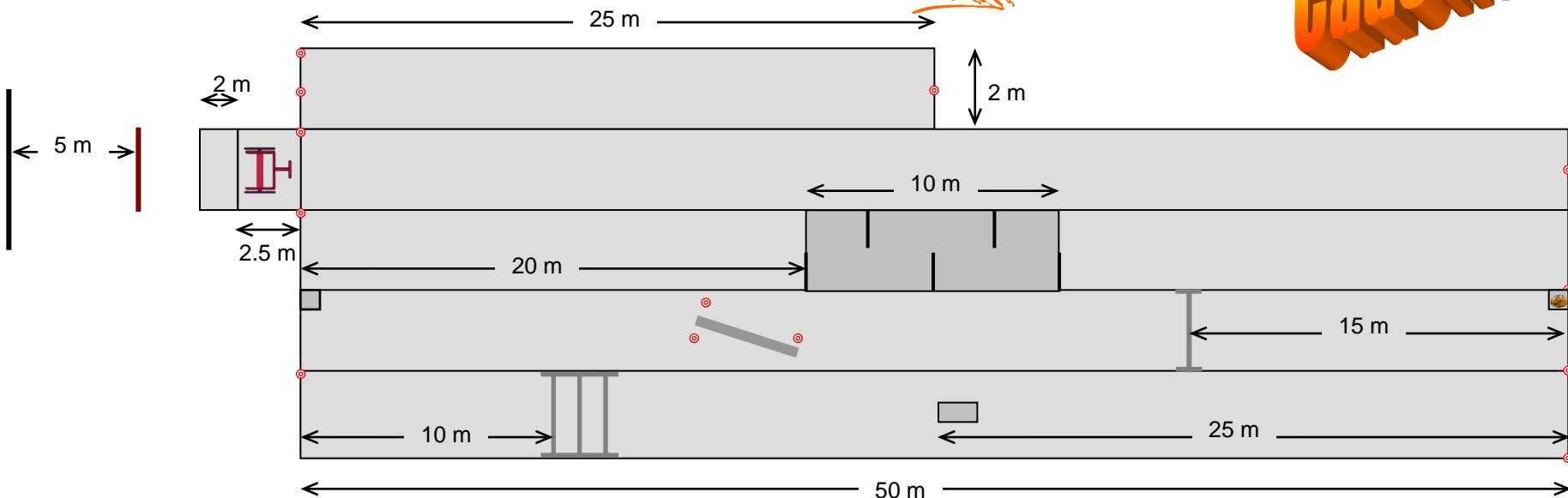
**Minimes
Garçons**



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Cadettes



Course en va et vient de 50 m (25 x 2)

Tirer du dévidoir normalisé sans charge sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir. La surface libre de cette fenêtre est délimitée par les deux pieds de la fenêtre réglementaire et une barre horizontale placée à 0,50 m du sol.

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicane

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 10 kg

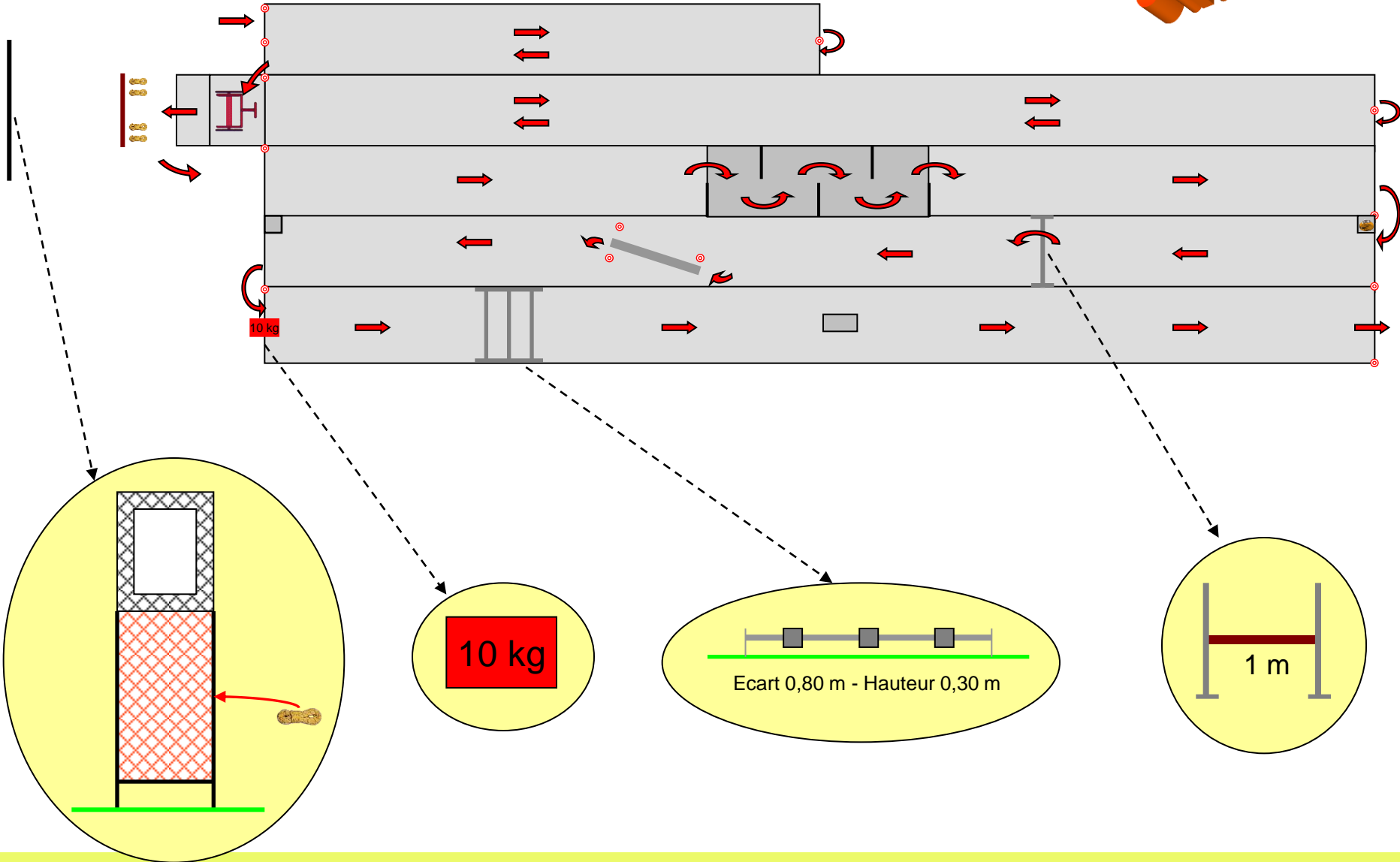
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 0,80 m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,30 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



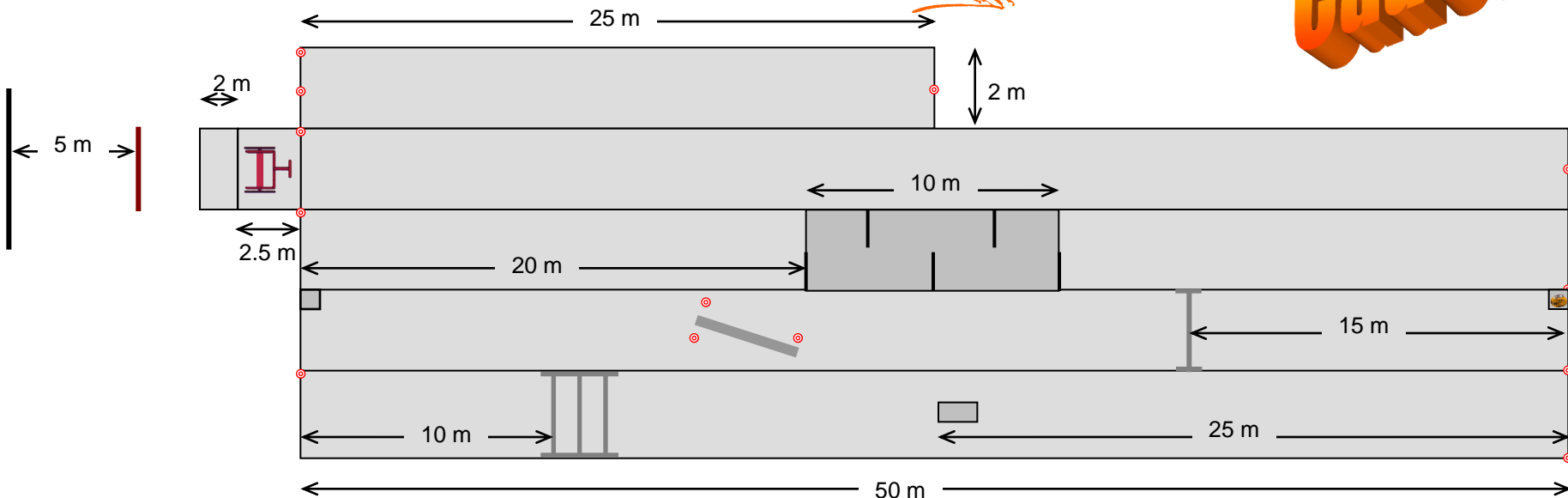
Cadettes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Cadets



Course en va et vient de 50 m (25 x 2)

Tirer du dévidoir normalisé sans charge sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 15 kg

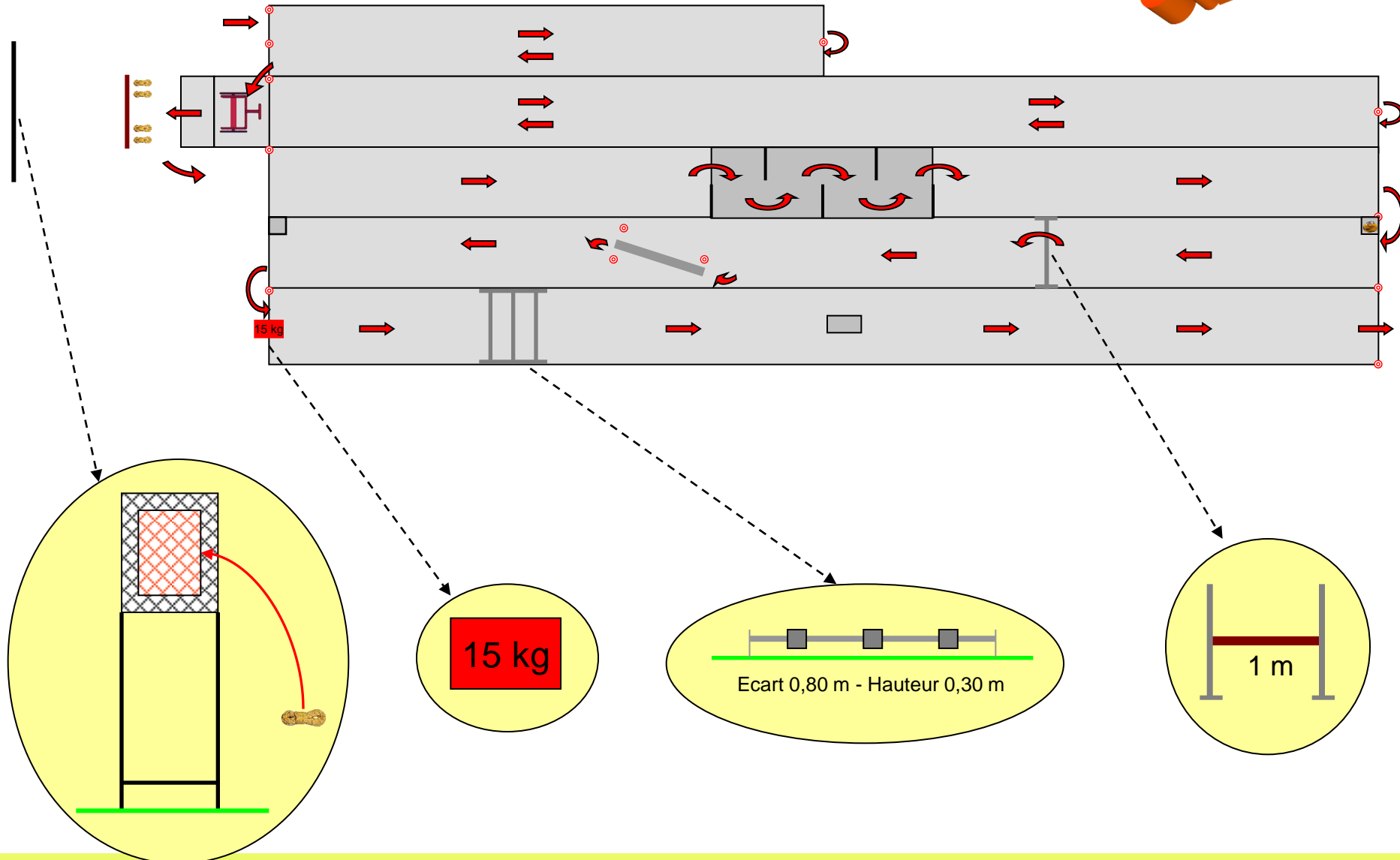
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 0,80 m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,30 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



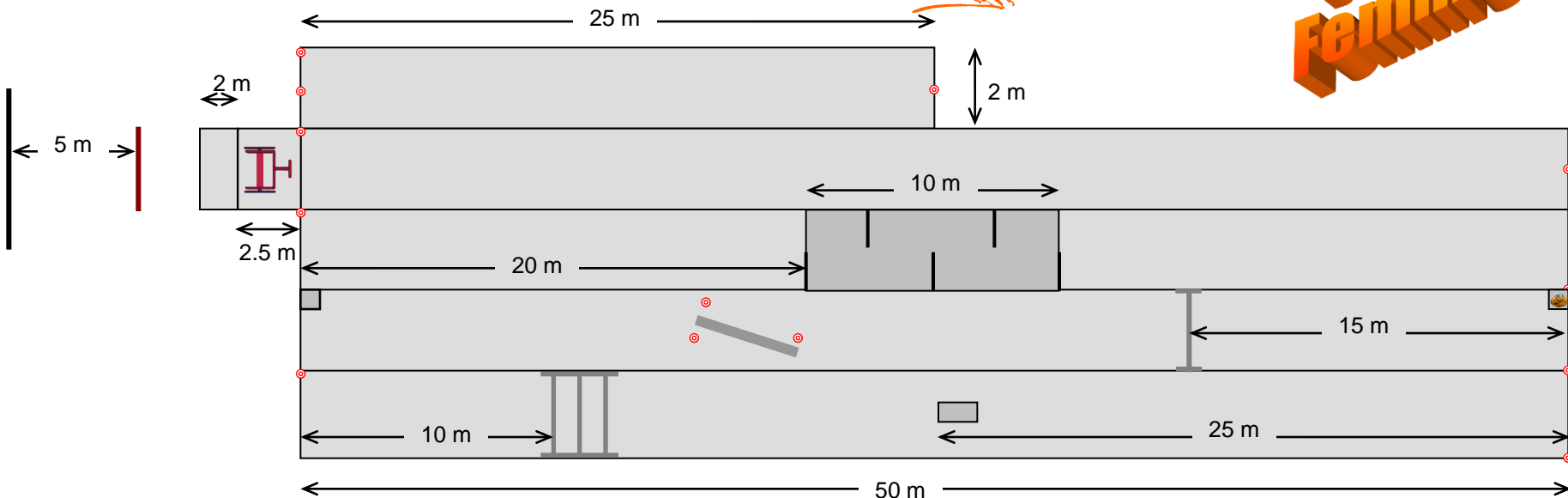
Cadets



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



**Juniors
Femmes**



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 15 kg

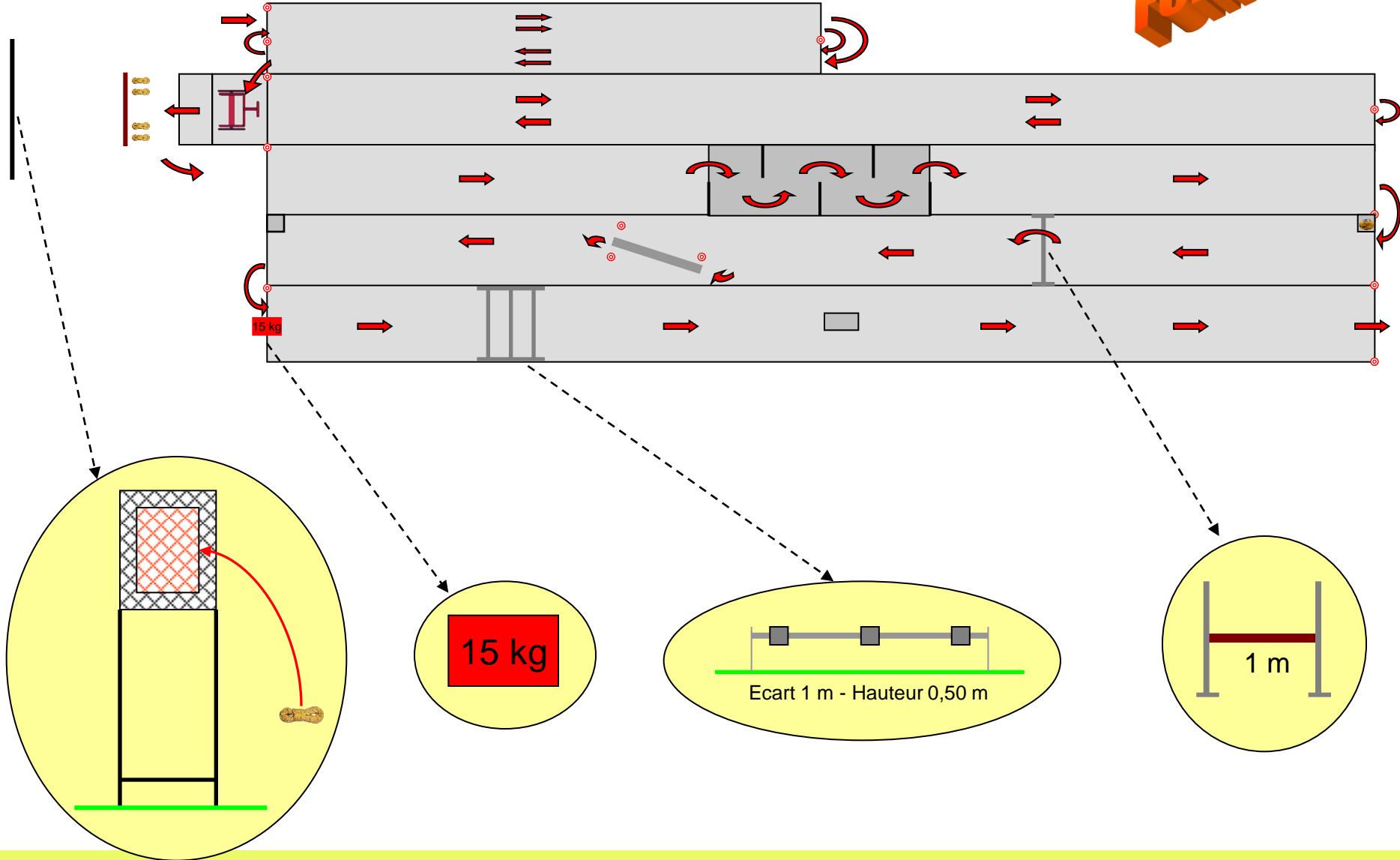
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



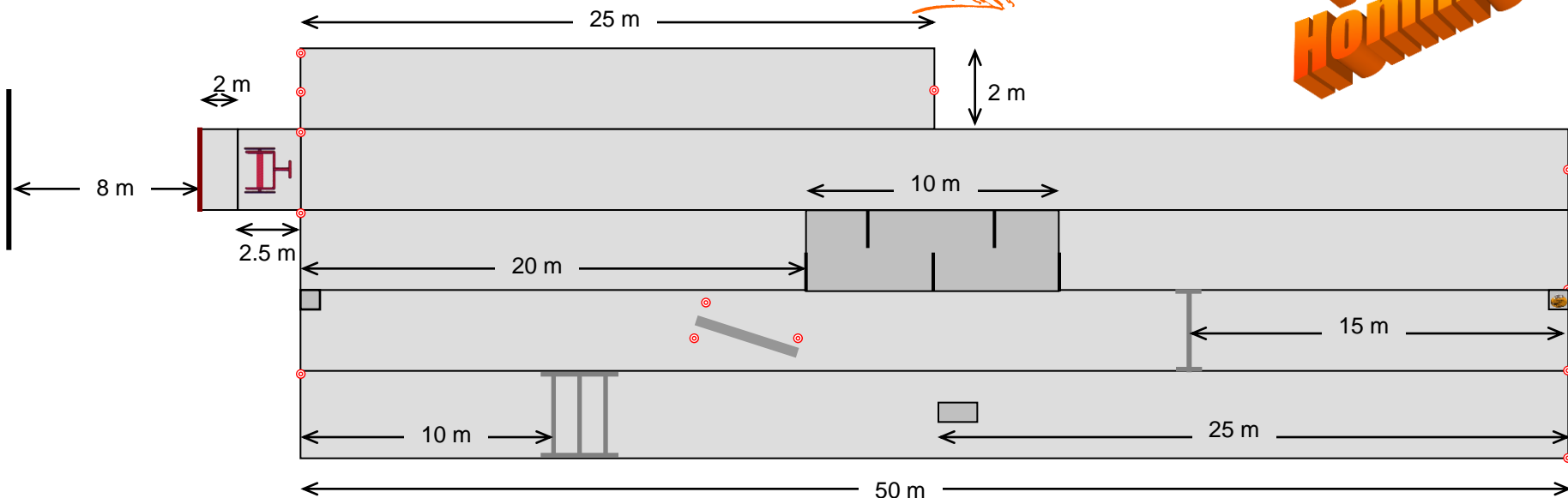
Juniors Femmes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Juniors
Hommes



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 8 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 20 kg

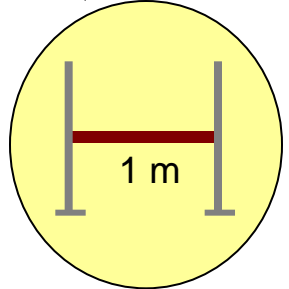
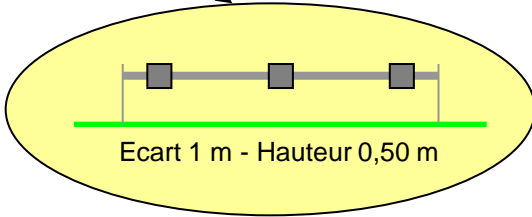
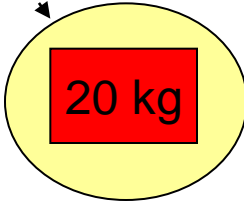
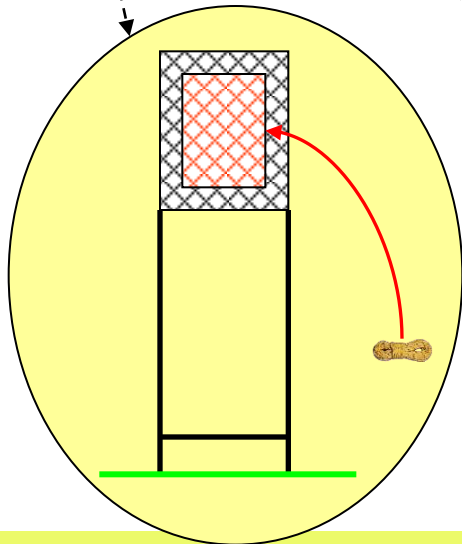
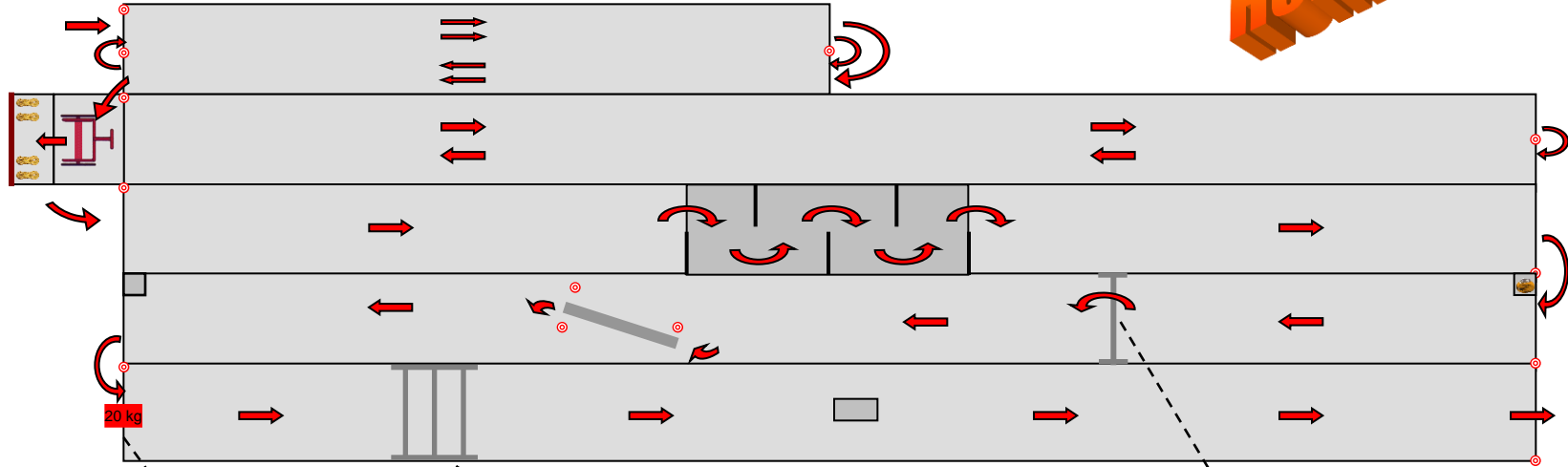
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



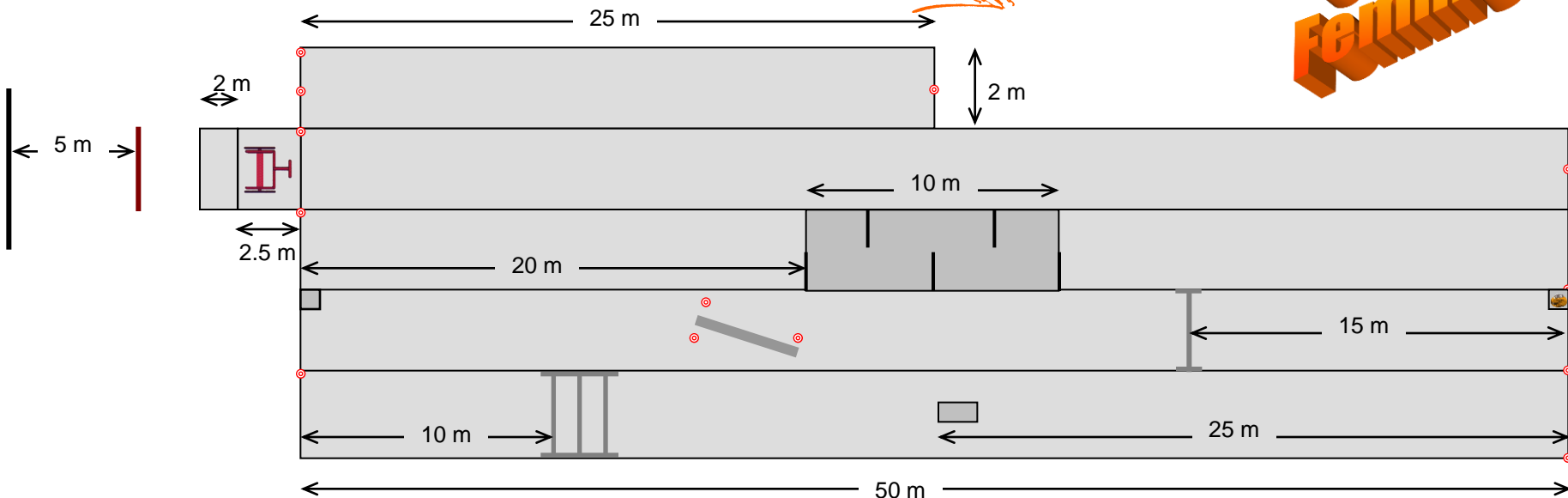
Juniors Hommes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Seniors
Femmes



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 20 kg

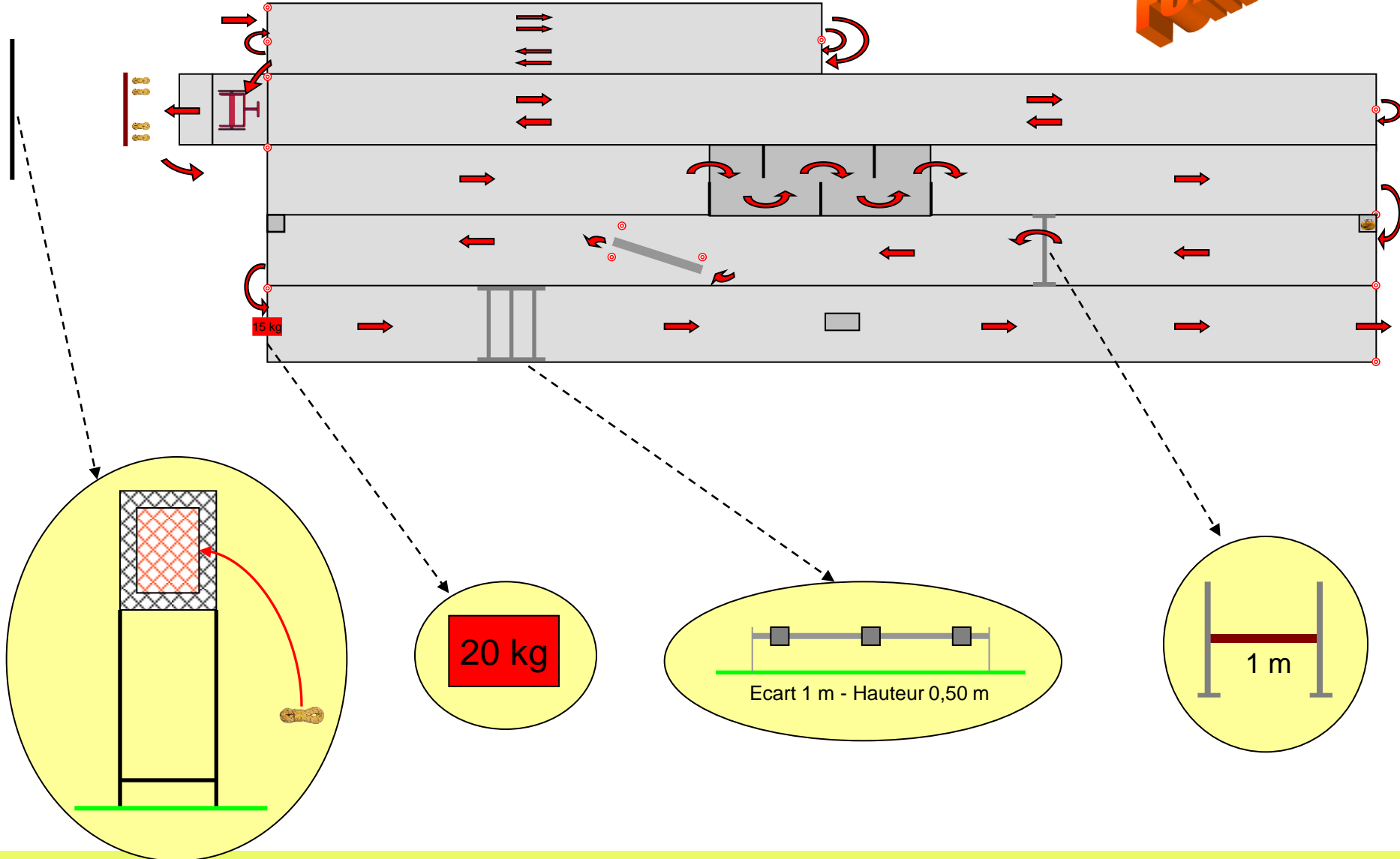
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



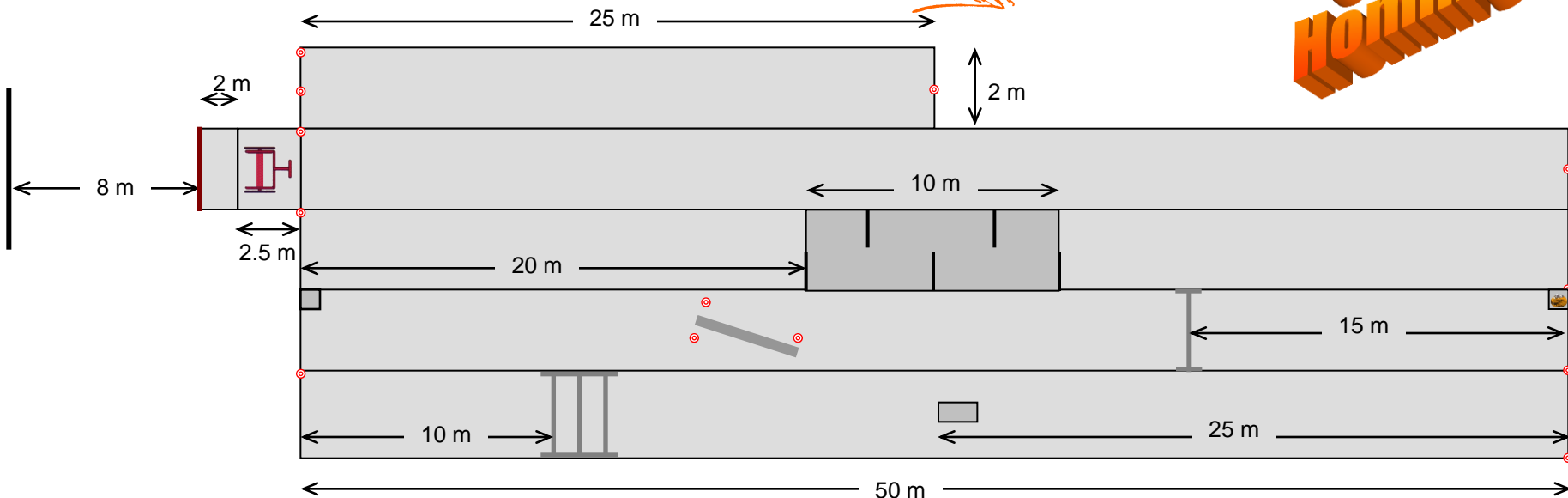
Seniors Femmes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Seniors
Hommes



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 8 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 30 kg

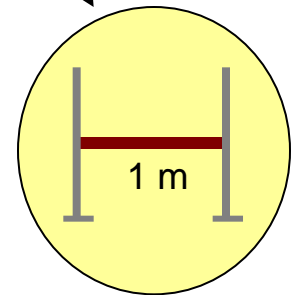
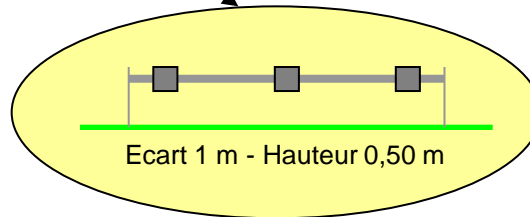
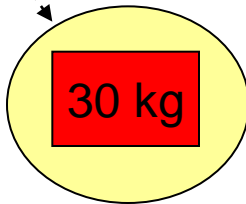
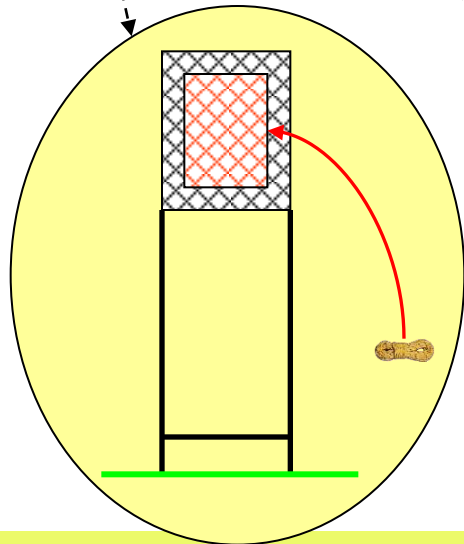
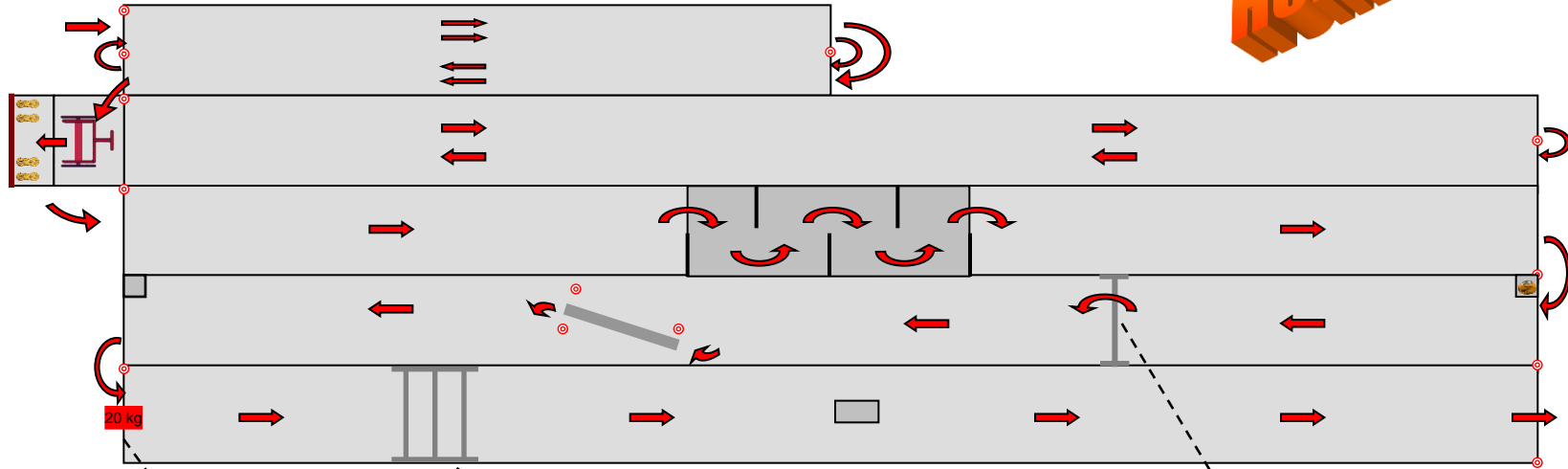
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



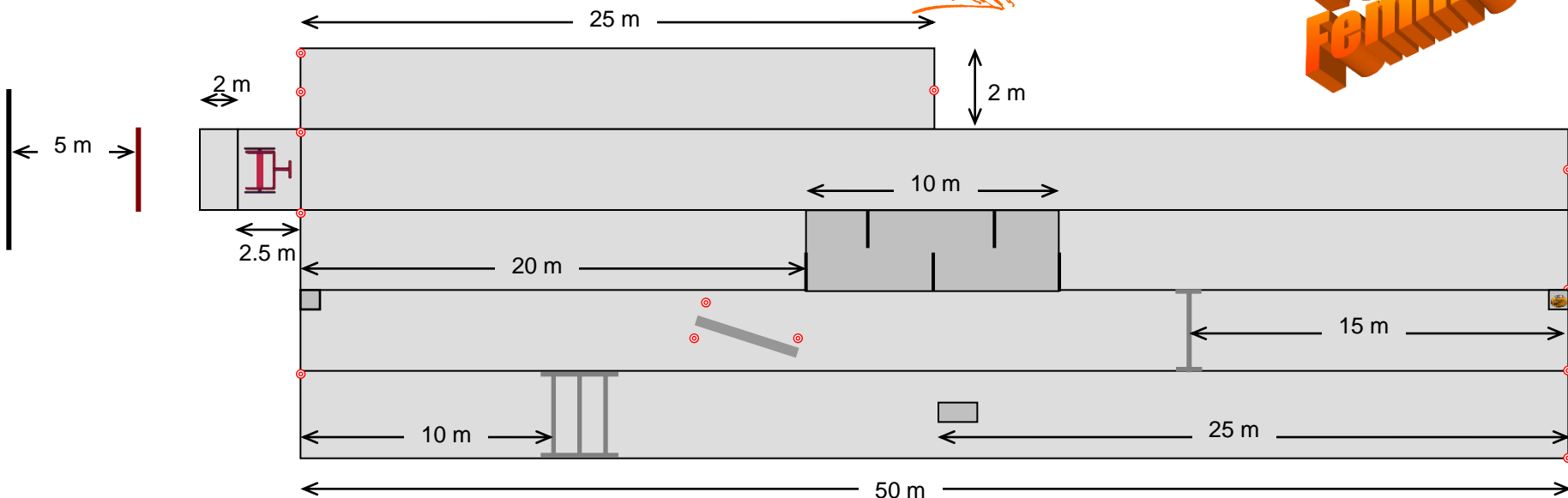
Seniors Hommes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Vétérans
Femmes



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 5 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 20 kg

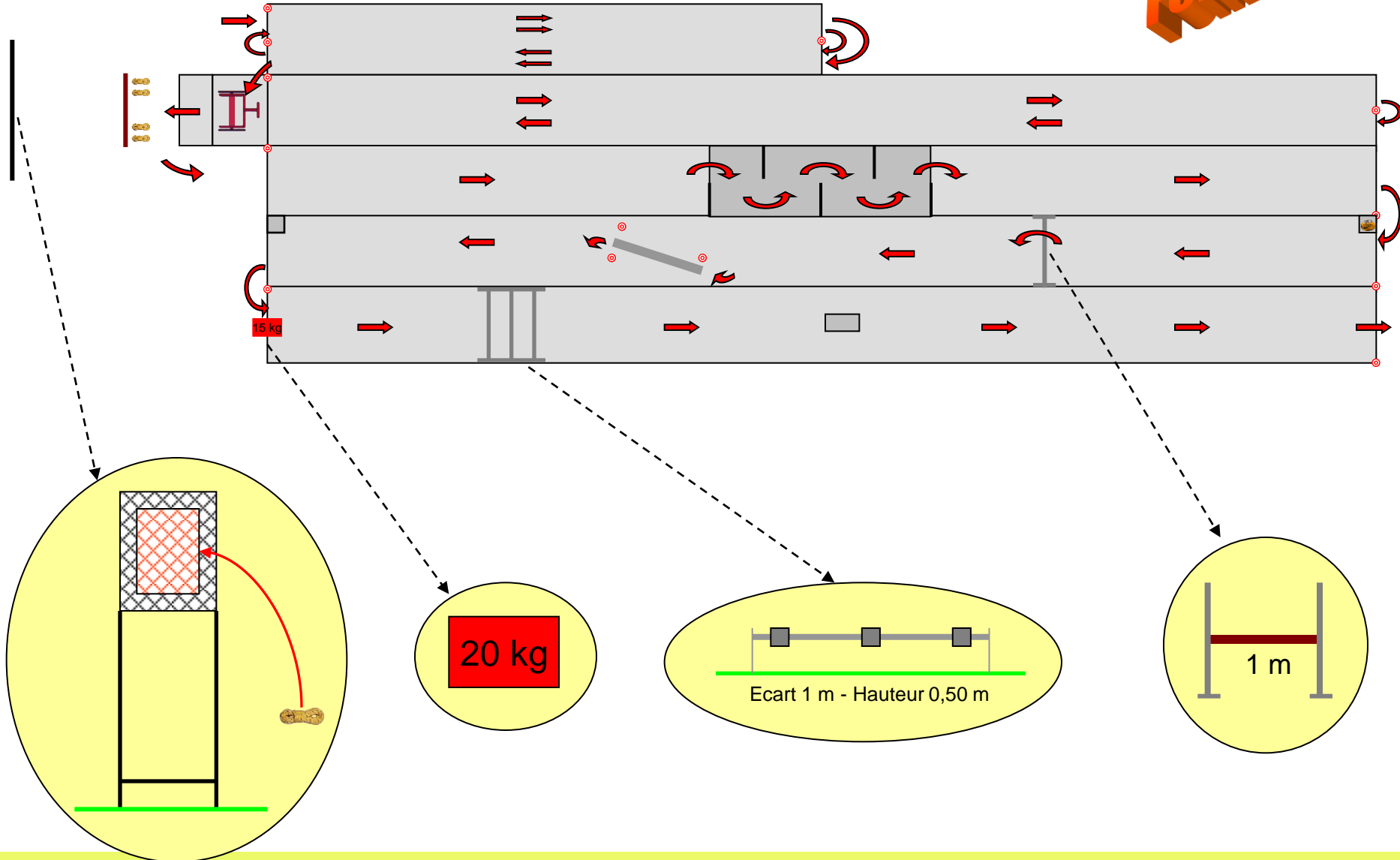
Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



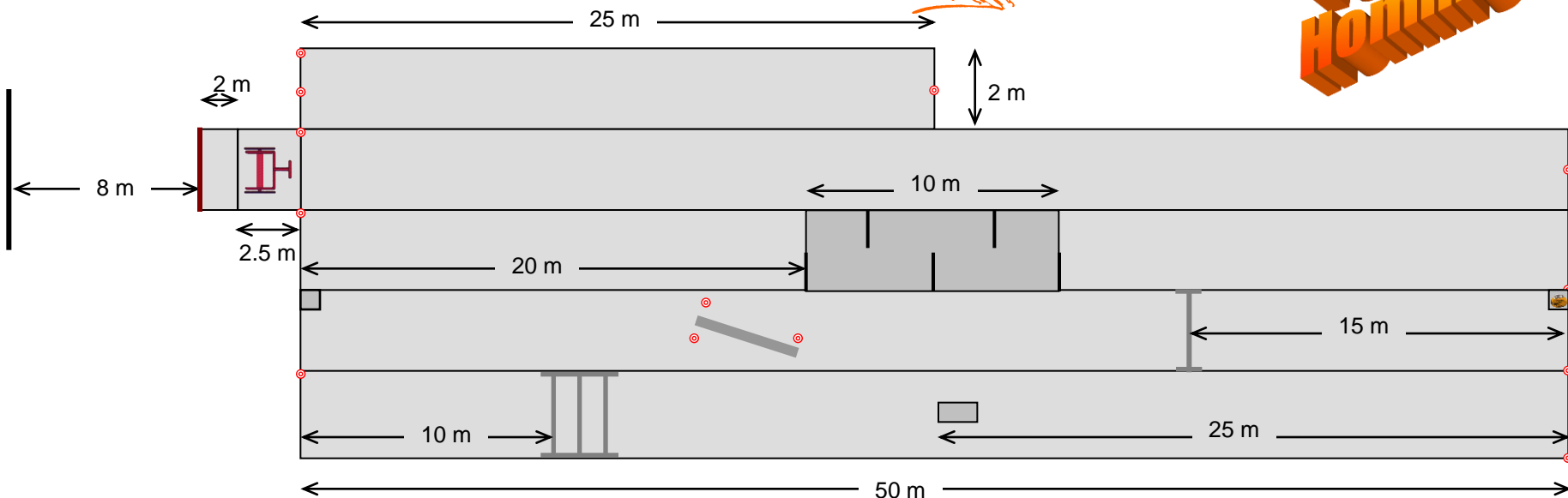
Vétérans
Femmes



Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Vétérans
Hommes



Course en va et vient de 100 m (25 x 4)

Tirer du dévidoir normalisé de 100 kg sur 100 m (50 x 2)

Lancer deux commandes de 1,5 à 1,6 kg dans la fenêtre réglementaire placée à 8 m du butoir

Après avoir réussi les deux commandes, courir et passer dans le tunnel de chicanes

Prendre au bout du couloir un tuyau de 45x20 dans son cadre et franchir la haie de 1 m de hauteur

Courir, toujours avec le tuyau et franchir une poutre d'équilibre

Poser le tuyau dans son cadre en bout du couloir

Se saisir du sac de 30 kg

Franchir avec le sac les trois obstacles espacés de 1m d'axe en axe et d'une hauteur de 0,50 m

Déposer le sac sur une table placée au milieu du couloir. Finir par un sprint pour couper la ligne d'arrivée

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers



Vétérans
Hommes

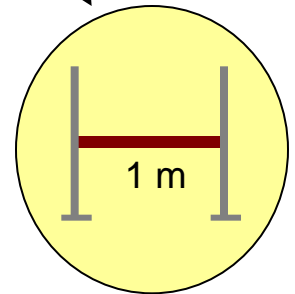
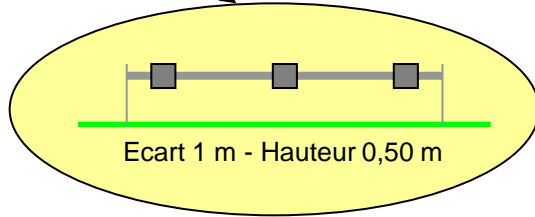
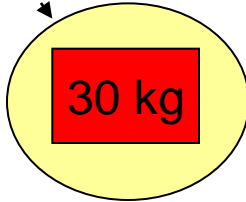
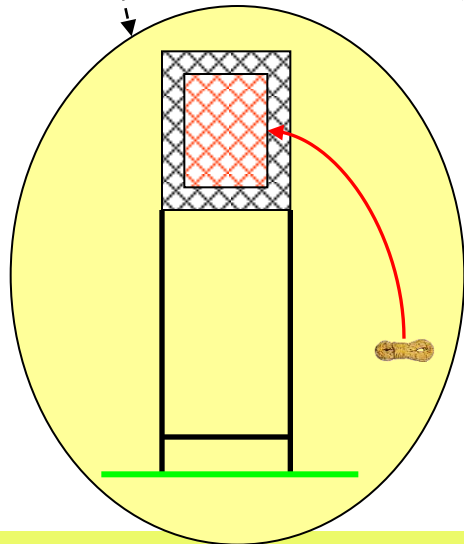
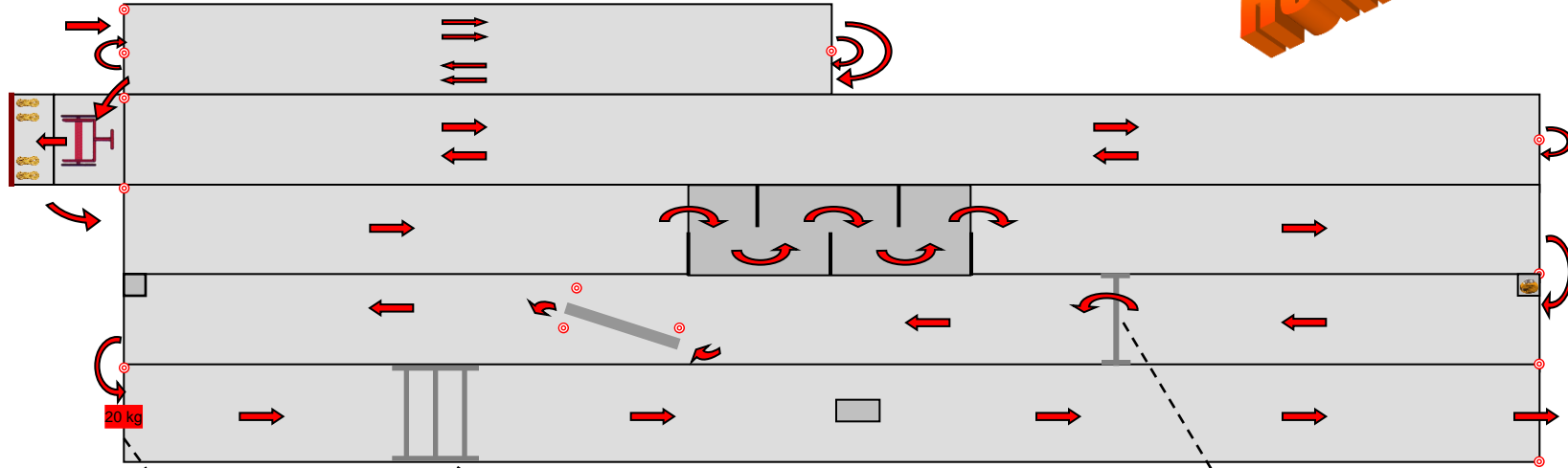




Tableau des agrès

Catégories	Course Va et vient	Course avec dévidoir	Poids du dévidoir	Poids commande	Distance de la fenêtre	Poids du sac	Tuyaux	Hauteur de la haie	Obstacles		
									Largeur barre	Hauteur	Ecart
S H	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	8 m	30 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
V H	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	8 m	30 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
S F	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	5 m	20 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
V F	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	5 m	20 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
J H	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	8 m	20 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
J F	4 x 25	2 x 50	100 kg	1,5 à 1,6	5 m	15 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,50 m	1m
C H	2 x 25	2 x 50	Normalisés sans charge	1,5 à 1,6	5 m	15 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,30 m	0,80m
C F	2 x 25	2 x 50		1,5 à 1,6	5 m*	10 kg	45 x 20	1 m	10 cm	0,30 m	0,80m
M H	4 x 25			1,5 à 1,6	5 m	10 kg	45 x 20	0,80 m	10 cm	0,30 m	0,80m
M F	4 x 25			1,5 à 1,6	5 m*	5 kg	45 x 20	0,60 m	10 cm	0,30 m	0,80m

* Lancer entre la fenêtre et la barre placée à 0,50 m du sol

Parcours Sportif Sapeurs Pompiers

