

INFORMATION PRÉ TEST PASS
DIMANCHE 28 FÉVRIER 2021 - VAIRES-SUR-MARNE

Pour diffusion :

Clubs franciliens

Conseil d'Administration du CRIFCK

Vaires-sur-Marne,
le 11/03/2021

Action suivie par : alban.planchais@crifck.fr

Préambule :

Les tests PASS déployés par la FFCK servent de base à l'admission en liste ministérielle ESPOIR des jeunes kayakistes. Cette étape de détection est essentielle pour les athlètes qui s'inscrivent dans une démarche de haut niveau.

En plus de l'inscription en liste ministérielle, ces tests sont un prérequis pour l'accession à un Pôle Espoir.

En cette saison 2021, les tests PASS sont régionalisés. Le comité tient à proposer un pré test afin que nos meilleurs jeunes athlètes puissent faire un point d'étape sur leur formation.

Les informations et nouveautés 2021

- 3 catégories :
 - U14 : 2010-2009-2008
 - Test physique + test bateau
 - U17 : 2007-2006-2005
 - Test physique + entretien + note de spécialité
 - U19 : 2004-2003
 - Pas de passage de test, évaluation sur une compétition de référence
- Pratique du C1 et K1 en démonstration eau vive uniquement pour les slalomeurs
- Esquimautage en eau vive classe 2 lors de la démonstration uniquement pour les slalomeurs et descendeurs
- Ordre imposé pour les épreuves physiques
 - Détente
 - Souplesse
 - Corde à sauter
 - Pompes
 - Tractions
- Validation des inscriptions au test PASS par le CTR

TABLEAU SYNTHETIQUE DES EPREUVES POUR LA MISE EN LISTE ESPOIRS EN FONCTION DES ÂGES

Catégories			U14			U17	U19	
Années de naissance			2010-2009-2008			2007- 2006-2005	2004	2003
Disciplines			Sprint	Desente	Slalom	Sprint/ Descente/ Slalom/ KP	Sprint/ Descente/ Slalom/ KP + Marathon	Sprint/ Descente/ Slalom/ KP + Marathon
Epreuves générales	Course à pied	3000 M	✓	✓	✓	✓	✗	Senior 1 en 2022 Situation particulière (ex: blessures, parcours scolaires particuliers...) étudiée en commission nationale d'admission.
	Renforcement Musculaire Coordination	Souplesse	✓	✓	✓	✓	✗	
		Détente	✓	✓	✓	✓	✗	
		Corde à sauter	✓	✓	✓	✓	✗	
		Traction	✓	✓	✓	✓	✗	
		Pompes	✓	✓	✓	✓	✗	
	Projet	Entretien	✗	✗	✗	✓	✗	
Epreuves spécifiques U14	Eau-calme	2000 M	✓	✓	✓	✗	✗	
		50 M	✓	✓	✓	✗	✗	
	Eau-vive	Démonstration K1	✓	✓	✓	✗	✗	
		Démonstration C1	✗	✗	✓	✗	✗	
		Esquimautage en eau-vive*	✗	✓	✓	✗	✗	
Epreuves spécifiques U17	Note de spécialité**	✗		✗	✓			
Epreuves spécifiques U19	Epreuves de compétition***	✗		✗		✓		

* Esquimautage à réaliser durant le parcours en eau-vive dans au moins une des 2 embarcations (kayak ou canoë)

** Note de spécialité remplaçant l'ancien 2000 M, 200 M et la démonstration eau-vive coefficientée de la même manière que dans les anciens tests PASS.

Une épreuve ou un type de classement sera déterminé pour chaque discipline en fonction de l'évolution de la situation COVID.

*** Une épreuve ou un type de classement servira comme élément d'analyse pour déterminer les espoirs dans cette catégorie d'âge. L'épreuve sera déterminée en

Pré Test PASS IDF – 28 février 2021

Le comité organise des prétests PASS sous le même format que les vrais tests.

Lieux : Vaires-sur-Marne

Inscriptions : Jeunes nées entre 2010 et 2005.

Même si cette action se veut ouverte pour la découverte de l'exigence de la liste espoir, nous demandons au club de prioriser les inscriptions des athlètes déjà engagées ou en cours d'engagement dans un projet sportif.

Inscription en ligne : <https://forms.office.com/r/PUMJLQzy6d>
Avant le 26 février 2021

Participation : 3€ par participant (facturé au club)

Matériel nécessaire :

- U14 : 2 à 3 bateaux (directeur et manœuvriers – K1 et C1 pour les slalomeurs)
- U14 + U17 : tenue de course à pied et de musculation (chaussure de sport et serviette éponge)
- U17 : Tout document pouvant appuyer le double projet sportif et scolaire.
- Pour tous : masques de protection, repas du midi

Information Bénévole : Pour le bon déroulement de la journée, nous demandons aux cadres des clubs concernés de se joindre à l'équipe d'encadrement afin de se répartir sur les différents postes de juges et d'experts techniques.

Le CRIFCK prendra en charge le repas de tous les bénévoles.
Merci d'indiquer votre présence lors de l'inscription de l'un des athlètes

Programme prévisionnel :

	U14	U17
9h30-10h00	BRIEFING	
10h00-12h00	Détente	
	Souplesse	
	Corde à sauter	
	Pompes	Entretien
	Tractions	
12h00-13h30	REPAS	
13h30-14h30	50 m	Entretien
	2000m	
14h30-15h30	Eau Vive	
16h00-16h45	3000m	

Horaire à titre indicatif

Rendez-vous sur le parvis des fédérations à 9h15.

Merci de respecter les règles sanitaires.

Pas d'utilisation de vestiaires, les clubs ont leurs espaces définis sur le parvis.