

TEST DE QUALIFICATION TECHNIQUE
Brevet National de Pisteur Secouriste 1er degré option Nordique
25 mars 2014

Page 1 : Bulletin d'inscription

Page 2 : Déroulement des épreuves

Page 3 : Information générales concernant le test de qualification technique

Bulletin d'inscription
à retourner à Hautes Alpes Ski de Fond 64 grande rue 05100 Briançon
avant le 18 mars 2014

Je soussigné(e) :	
NOM :	Prénom :
Date de naissance :	Lieu naissance :
Adresse permanente	
Téléphone :	Mail :

Sollicite mon inscription sur la liste des candidats à la formation :

Test Technique du Brevet d'Etat National Pisteur Secouriste Nordique 1^{er} degré organisée par Hautes Alpes Ski de Fond **le mardi 25 mars 2014 à Serre chevalier (lieu exact précisé dans la convocation qui sera adressée après l'inscription).**

Pièces à joindre pour valider l'inscription :

- Un chèque de 39 € pour fais de formation et organisation
- Un certificat médical, datant de moins de trois mois, « **d'aptitude physique à la pratique d'une épreuve chronométré à ski de fond d'une distance de 15 km avec un sac à dos d'un poids de 10 kg.** » (à fournir au plus tard le jour de l'épreuve)
- Une Attestation d'assurance en responsabilité civile
- **Se présenter avec sa carte d'identité ou passeport valide**
ASSURANCE ACCIDENT
- **Hautes Alpes Ski de Fond** a souscrit une assurance globale de responsabilité qui couvre tous ses personnels, l'ensemble des locaux et installations, ainsi que la responsabilité de Hautes Alpes Ski de Fond vis-à-vis des activités pratiquées par les stagiaires et organisées par Hautes Alpes Ski de Fond pendant les heures de formation.
- **Le défaut de souscription d'une assurance de responsabilité civile** impose à un stagiaire reconnu responsable d'un accident survenu à un tiers durant la pratique d'une activité physique ou sportive, d'indemniser sur ces deniers personnels, les dommages subis par la victime.
- **Le défaut de souscription d'une assurance de personne** laisse à la charge du stagiaire, s'il s'est blessé lors d'une activité physique ou sportive, le surplus des frais relatifs à ses propres dommages non indemnisés par la Sécurité Sociale.

Fait à :

Signature :

Déroulement des épreuves

ANNEXE III

De l'arrêté du 18 janvier 1993 relatif à la formation commune des pisteurs secouristes, option ski alpin et ski nordique

« Le test de qualification technique, option ski nordique, est destiné à évaluer la capacité du candidat à évoluer en ski de fond sur un parcours varié et son endurance à l'effort ».

1 ère épreuve : Le parcours d'endurance

Le parcours d'endurance s'effectue sur une piste damée d'une longueur de 15 km, avec port d'un sac à dos de 10 kg, en style libre.

L'épreuve est chronométrée et le seuil d'admission correspond au temps réalisé par un ouvrier masculin majoré de :

- 50% pour les candidats
- 70% pour les candidates

L'ouvrier doit être moniteur de ski (titulaire de Brevet d'Etat d'Educateur Sportif premier degré, spécialité ski de fond). Il effectue le parcours dans les mêmes conditions que les candidats.

2 eme épreuve : Ateliers techniques

Le parcours varié s'effectue en toutes neiges, avec le port d'un sac à dos de 10 kg. Il comprend :

- Une montée de 50 mètres de pente moyenne de 20% ;
- Une portion plate de 10 mètres environ ;
- Une descente de 100 mètres de longueur ayant un pourcentage moyen de pente égal à 15% sur une longueur de 30 mètres et permettant la réalisation de virages.

Le candidat a la possibilité de reconnaître le parcours avant l'épreuve.

Un jury composé de techniciens – maîtres pisteurs secouristes, option ski nordique, directeur du domaine nordique et moniteur de ski (titulaire du Brevet d'Etat d'Educateur Sportif premier degré spécialité ski de fond) – apprécie les évolutions du candidat sur les portions de parcours situées :

- En terrain plat ;
- En montée ;
- En descente ;
- Et sur celles nécessitant des changements de direction.

Admission

Le candidat doit réussir chacune des deux épreuves pour être admis au test de qualification technique option ski nordique.

Informations concernant le test de qualification technique

OBJECTIFS DU TEST

D'une manière générale, le test doit permettre au candidat de démontrer sa capacité :

- de se comporter comme un skieur (équipement, attitude générale sur les skis, ...),
- de skier dans la durée (témoigner d'une condition physique minimale),
- de maîtriser un déplacement sur des terrains variés.

On demande au candidat de témoigner d'un niveau de ski optimal puisque le pisteur est régulièrement amené à travailler ski aux pieds.

DETAILS

PARCOURS D'ENDURANCE	
Technique	Le candidat peut réaliser le parcours en technique classique ou en patinage. Les conditions de neige peuvent l'amener à privilégier une des 2 techniques.
Matériel	Skis : prévoir un matériel glissant donc entretenu ; éviter les skis à écailles excepté ceux destinés à la compétition. Vêtements : choisir des vêtements adaptés à la pratique (légers, chaud et près du corps). Sac à dos : utiliser un sac avec lequel vous êtes à l'aise.
Tracé	Le tracé se déroule majoritairement sur piste damée. Il comprend une boucle à répéter plusieurs fois. En fonction des conditions, le profil de la boucle recherchera la variété.
Reconnaissance	Le tracé est reconnu lors de l'échauffement.
Mode de départ	Départ groupé ou individuel.
Objectif	Parcourir la distance demandée en réalisant le déplacement le plus régulier. Etre dans les temps accordés par le résultat des ouvreurs.
PARCOURS VARIE	
Tracé	Le tracé peut être sur piste, hors piste ou les deux à la fois. Le candidat peut donc être confronté à des passages en neige profonde.
Technique et matériel	Le candidat choisit celui qui semble le mieux adapté.
Passages	En général deux passages sont possibles.
Reconnaissance	Le tracé est reconnu avant d'être évalué.
Déroulement	Départ individuel Pas de chronométrage Deux passages Le jury observe les candidats sur différentes zones (plat, montée, descente, changements de direction).
Objectif	Déplacement glissé/continu en adaptant ses gestes au terrain. Trouver un dosage entre engagement et sécurité.
Remarque	La chute n'est pas éliminatoire.
ORGANISATION	
	Déroulement du test sur une demi-journée. Début par le parcours endurance puis le parcours varié (pour les admis au chrono). Délibération du jury à l'issue.

CONSEILS

La participation au test demande une pratique spécifique : effort, matériel, ski en toute neige et tous terrains, port de charge...

Préparez-vous suffisamment tôt pour y accéder dans de bonnes conditions.

Si vous débutez dans le ski nordique : rapprochez-vous d'un club ou de l'école de ski la plus proche, ils sauront vous conseiller et vous transmettre rapidement les fondamentaux.