

ANNEXE 2
INSTRUCTIONS POUR LES EPREUVES D'APTITUDE PHYSIQUE
DE RECRUTEMENT

Le détail des épreuves d'aptitude physique doit être envoyé à tous les candidats dès approbation de la liste par le Collège.

Les épreuves de course à pied, de montée à l'échelle aérienne, d'équilibre, d'escalade, de natation et de grimper à la corde sont éliminatoires (immédiatement après le constat d'échec). L'ordre des épreuves prévu au présent règlement peut être modifié lors de l'examen suivant les circonstances de l'organisation. En plus de réussir le minimum dans chaque épreuve éliminatoire, les candidats doivent obtenir 60 % sur l'ensemble des épreuves.

- Course d'endurance

Courir une distance minimale en 12 minutes (test de cooper). La distance minimale à parcourir est de 2.600 mètres. La répartition des points attribués est la suivante :

Distance accomplie	Points
- de 2.600 mètres	0/10 - Éliminé
2.600 mètres	6/10
2.700 mètres	7/10
2.800 mètres	8/10
2.900 mètres	9/10
3.000 mètres	10/10

Un seul essai est accordé au candidat. Cette épreuve est éliminatoire. Il n'y a pas de cotation intermédiaire.

- Natation

Nager 100 mètres (type de nage au choix du candidat) en un minimum de temps. La répartition des points attribués est la suivante :

Temps	Points
+ de 2'00''	0/10 - Éliminé
Entre 1'51'' et 2'00''	6/10
Entre 1'41'' et 1'50''	7/10
Entre 1'36'' et 1'40''	8/10
Entre 1'31'' et 1'35''	9/10
- de 1'30''	10/10

Un seul essai est accordé au candidat. Cette épreuve est éliminatoire.

- Montée à l'échelle

Cette épreuve est réalisée sur une auto-échelle d'un service d'incendie déployée à 30 mètres et inclinée à 70°. Le candidat devra lire, depuis le sommet de l'échelle, un panneau placé au sol. Le candidat est assuré pour éviter toute chute accidentelle. Le candidat démarre au sol, au pied de l'échelle. Le chronomètre est arrêté dès qu'il a annoncé le mot indiqué sur le panneau au sol.

Temps	Points
+ de 1'10''	0/10 - Éliminé
Entre 1'06'' et 1'10''	6/10
Entre 1'01'' et 1'05''	7/10
Entre 0'56'' et 1'00''	8/10
Entre 0'51'' et 0'55''	9/10
- de 50''	10/10

Un essai est accordé au candidat. Cette épreuve est éliminatoire.

- **Escalade**

Le candidat se place en suspension à la bomme (pronation ou supination des mains). Les pieds ne touchent pas le sol. Il doit grimper sans appui extérieur autre que la bomme pour arriver en appui sur cette bomme.

Progresser sur la bomme pour passer d'un côté à l'autre (3,50 m).

Nombre d'essai	Points
1 ^{er} essai	10/10
2 ^e essai	8/10
3 ^e essai	6/10

Trois essais (maximum 20 secondes par essai) sont accordés au candidat avec un temps de repos possible de 3 minutes entre chaque essai. Cette épreuve est éliminatoire.

- **Equilibre**

Le candidat doit traverser, en marchant, une bomme de 3,50 m. de long placée à 2 m. de haut. Il faut réaliser un aller-retour. Les vibrations seront limitées au maximum. La montée et la descente sont libres.

L'arrivée du candidat à chaque extrémité de la bomme doit se faire en douceur sans précipitation sinon l'essai est annulé.

Temps	Points
+ de 16 secondes	0/10 - Éliminé
De 0 à 16 secondes	10/10

Deux essais sont accordés au candidat. Cette épreuve est éliminatoire.

- **Pompages simples**

Le candidat se place en chute faciale, bras tendus, corps et tête bien droits ; flexion des bras pour toucher une éponge avec la poitrine ; extension.

Nombre de pompage	Points
20	10/10
18	9/10
16	8/10
14	7/10
12	6/10
10	5/10
- de 10	0/10

Un essai est accordé au candidat. Il n'y a pas de cotation intermédiaire.

- **Puissance abdominale**

Le candidat se place en suspension à l'espalier, les mains en pronation à une hauteur suffisante pour que les pieds ne touchent pas le sol. L'exercice consiste à lever les cuisses (jambes fléchies) jusqu'à l'horizontale et à redescendre les jambes jusqu'à la verticalité initiale. Il ne peut y avoir de poussée sur l'espalier. Seuls les mouvements corrects sont comptabilisés. Le bassin du candidat est fixé à l'espalier.

Nombre d'abdominaux	Points
30	10/10
29	9/10
28	8/10
27	7/10
26	6/10
25	5/10
24	4/10
23	3/10
22	2/10
21	1/10
20 ou moins	0/10

Un essai est accordé au candidat. Il n'y a pas de cotation intermédiaire.

- **Tractions**

Le candidat se place en suspension à la bomme mains en pronation, pieds ne touchant pas le sol ; flexion des bras pour amener les yeux au-dessus de la bomme.

La cotation se fait sur 10 points. 1 point accordé par traction valable.

Un essai est accordé au candidat. Il n'y a pas de cotation intermédiaire. L'épreuve se termine dès qu'une traction n'est pas jugée valable.

- **Shuttle run (explosivité)**

L'épreuve consiste à ramasser, à deux reprises, un témoin et le déposer sur une planche. La distance séparant les témoins de la planche de réception est de 10 mètres. Le départ se fait corps allongé, coude au sol. La planche de réception fait 30 cm / 30 cm.

Temps (secondes)	Points
- de 10,00''	10/10
de 10,01'' à 10,50''	9/10
de 10,51'' à 11,00''	8/10
de 11,01'' à 11,50''	7/10
de 11,51'' à 12,00''	6/10
de 12,01'' à 12,50''	5/10
de 12,51'' à 13,00''	4/10
de 13,01'' à 13,50''	3/10
de 13,51'' à 14,00''	2/10
de 14,01'' à 15,00''	1/10
+ de 15''	0/10

Un essai est accordé au candidat. Il n'y a pas de cotation intermédiaire.

- **Grimper à la corde**

L'épreuve consiste à monter le maximum de fois en 60 secondes le long d'une corde jusqu'à une hauteur de 4 mètres par rapport au sol. Les pieds peuvent être utilisés pour les ascensions. La descente doit se faire en douceur. Un seul pied doit toucher le sol entre chaque ascension. Il ne peut y avoir de pause entre les ascensions qui doivent s'enchaîner. Seules les ascensions complètes (montée et descente) sont comptabilisées.

Montée valide	Points
---------------	--------

0	0/10 – Éliminé
1	3/10
2	6/10
3	10/10

Un essai est accordé au candidat. Il n'y a pas de cotation intermédiaire. L'épreuve est éliminatoire.

ANNEXE 4
COMPOSITION DES JURYS DE RECRUTEMENT DU PERSONNEL AUTRE QUE LES OFFICIERS

Pour toutes les épreuves :

Président : M. le Bourgmestre ou son délégué
Membres : M. L'Echevin du Personnel
deux délégués du Conseil communal (un de la majorité, un de la minorité)
Le Chef de Corps ou son délégué
En cas d'absence des membres du Collège communal, la présidence est assurée par le délégué du Conseil communal le plus ancien.

Epreuve d'aptitude physique :

Un professeur d'éducation physique de chaque réseau d'enseignement (officiel et libre).
Le moniteur d'éducation physique du corps.

Epreuves écrites sur les matières prévues en a) à l'examen sur la formation générale

Un professeur de chaque réseau d'enseignement (officiel et libre) par discipline scolaire.

Epreuve orale :

Un conducteur de travaux.
Un officier professionnel titulaire au moins du grade de lieutenant professionnel d'un autre Service d'incendie.

Secrétaire : le chef du bureau du personnel ou son délégué.

Les observateurs des organisations syndicales sont autorisés à suivre le déroulement des épreuves.

Annonce de l'appel sur www.verviers.be
– rubriques : Ville de Verviers – Services Communaux – Personnel – Offres d'emploi