

Pointe-à-Pitre, le 22 août 2022

Objet : Convocation test physique

Madame, Monsieur

Vous êtes invités à assister au test physique de début de saison organisés par la Commission Régionale de l'Arbitrage qui se tiendra le :

Mercredi 14 Septembre 2022
De 18h30 à 20h30
Complexe de l'A.S.P.T.T. (la Jaille)
Rue Jean-Louis Baghio, Baie-Mahault

Ou

Dimanche 18 Septembre 2022
De 8h00 à 09h00
Stade Municipal de Capesterre M G
Rue de la Marine, Capesterre de
Marie-Galante

Afin de pouvoir organiser dans les meilleures conditions les tests physiques, **merci de bien vouloir compléter et renvoyer le coupon-réponse ci-dessous avant le Vendredi 09 Septembre 2022.**

Vous serez convoqué par groupe. Il faut **être présent 30 min avant votre heure de passage** pour vous échauffer. Respectez votre heure de passage pour la bonne organisation des tests.

Nous vous informons que les tests physiques sont obligatoires.

Seuls les arbitres ayant un dossier médical à jour ainsi qu'une licence validée par Ligue peuvent faire les tests physiques.

❖ Informations importantes

Nous vous demandons de prendre connaissance des consignes ci-dessous et de les respecter strictement (en cas de non-respect des consignes, la CRA vous interdira de participer aux tests physiques) :

- Aucun vestiaire ne sera mis à la disposition des arbitres,
- Les arbitres arrivent en tenues sportives, et repartent aussitôt les tests physiques terminés,
- Les arbitres apportent une bouteille d'eau ou une gourde (la CRA n'en fournira pas à votre arrivée),

Temps des tests physiques :

Pour rappel, voici les temps de références des tests physiques par catégorie :

Arbitres Fédéraux Outre-Mer (CONCACAF) :

| | Répétitions | Distance | Temps | Temps repos |
|---------|-------------|----------|-------|-------------|
| Taisa | 40 | 75 m | 15'' | 20'' |
| Vitesse | 3 | 40 m | 6''10 | |

Autres catégories :

| | Répétitions | Distance | Temps | Temps repos |
|-------------------------|-------------|----------|-------|-------------|
| Arbitre R1 | 30 | 70m | 15'' | 20'' |
| Arbitre R2 | 30 | 67m | 15'' | 20'' |
| Arbitre R3 | 30 | 64m | 15'' | 20'' |
| Stagiaires** | 28 | 64m | 15'' | 20'' |
| Arbitre Futsal | 20 | 64m | 15'' | 20'' |
| Arbitre assistant R1-R2 | 30 | 67m | 15'' | 20'' |
| Assistant R3* | 25 | 64m | 15'' | 20'' |
| JAR | 30 | 64m | 15'' | 20'' |

Autres catégories arbitres féminines :

| | Répétitions | Distance | Temps | Temps repos |
|----------------------------|-------------|----------|-------|-------------|
| Arbitre R1 | 30 | 67m | 17'' | 20'' |
| Arbitre R2 | 30 | 64m | 17'' | 20'' |
| Arbitre R3 | 30 | 64m | 17'' | 22'' |
| Féminines - Assistante R3* | 25 | 64m | 17'' | 20'' |
| Stagiaires** | 18 | 64 m | 17'' | 22'' |
| JAR* | 20 | 64 m | 17'' | 22'' |

Le Secrétaire Général

Lucien VANI



Pasyonéman ten nou !

