

Pointe-à-Pitre, le 27 septembre 2022

Objet : Convocation test physique de rattrapage

Madame, Monsieur

Vous êtes invités à assister au test physique de rattrapage organisés par la Commission Régionale de L'arbitrage qui se tiendra le :

Dimanche 16 octobre 2022

De 07h30 à 10h00

**Complexe de l'A.S.P.T.T. (la Jaille)
Rue Jean-Louis Baghio, Baie-Mahault**

Ou

Jeudi 06 octobre 2022

De 18h00 à 19h00

**Terrain de l'ETANG NOIR,
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 mercredi 12 octobre 2022.**

Vous serez convoqués 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 de rattrapage.

❖ 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 !

COUPON REPONSE

TESTS PHYSIQUES DE RATTRAPAGE

A retourner à LGF avant le 12/10/2022

par mail

MAIL « sgeneral@lgfoot.fr »

TEL via message : +590 690 85 82 95

NOM :

PRENOM :

Participera à la Jaille le dimanche 16 octobre 2022 oui Non

Participera à Capesterre de MG le jeudi 06 octobre 2022 oui Non

LIGUE GUADELOUPÉENNE
DE FOOTBALL

Si non, précisez le MOTIF :

Resyonémen ten nou !