

TESTS PHYSIQUES - ARBITRES DISTRICT 77

CATEGORIE

Temps de référence et nombre de répétition pour test T.A.I.S.A

D1

30 répétitions de 61 mètres
en 15 secondes maximum
avec 30 temps de récupération
de 20 secondes maximum

D2/ AA

30 répétitions de 58 mètres
en 15 secondes maximum
avec 30 temps de récupération
de 20 secondes maximum

D3 ET
JAD

30 répétitions de 55 mètres
en 15 secondes maximum
avec 30 temps de récupération
de 20 secondes maximum

D4

30 répétitions de 52 mètres
en 15 secondes maximum
avec 30 temps de récupération
de 20 secondes maximum

FEMININE

30 répétitions de 55 mètres
en 17 secondes maximum
avec 30 temps de récupération
de 22 secondes maximum

ARBITRES
FD

15 répétitions de 49 mètres
en 15 secondes maximum
avec 15 temps de récupération
de 20 secondes maximum