



Fussballverband  
Association de football  
Bern Jura

# Directives pour les tests de condition physique

du 20 juin 2017

---

La Commission Arbitrage (CA) de l'Association de football Berne/Jura (AFBJ) édicte, en vertu de l'art. 2.6 et 4.1, du Règlement interne et en complément aux exigences de l'Association suisse de football (ASF), les directives suivantes pour les tests de condition physique:

*Remarque:*

Pour des raisons de simplification linguistique et de lisibilité, la dénomination arbitres respectivement l'abréviation ARB est utilisée, étant entendu que les termes désignent les femmes arbitres et les arbitres aussi bien les arbitres-assistantes que les arbitres-assistants.

## 1 Dispositions générales

### 1.1 Principe

Les ARB qualifiés pour la 2<sup>e</sup> ligue interrégionale, la 2<sup>e</sup> ligue régionale ou la 3<sup>e</sup> ligue ainsi que les AA qualifiés pour 2<sup>e</sup> ligue interrégionale ou la 2<sup>e</sup> ligue régionale doivent passer chaque année un test de condition physique. Les candidats aux matchs d'essai de la 2<sup>e</sup> ligue régionale ou de la 3<sup>e</sup> ligue doivent avoir passé avec succès, préalablement au premier match d'essai, le test de condition physique pour la catégorie correspondante.

Les tests de condition physique sont publiés dans le programme annuel des cours.

### 1.2 Convocations aux cours

Les ARB sont convoqués personnellement au test de condition physique par la publication de la convocation dans Clubcorner. Si la participation pour le jour et au lieu prévu est impossible, une mutation pour un autre cours peut être demandée par écrit auprès de la CA.

### 1.3 Indemnités

Les indemnités et les frais pour les participants et les instructeurs sont fixés conformément aux exigences de l'ASF et au Règlement des frais de l'AFBJ.

### 1.4 Période

Les tests de condition physique ordinaires ont lieu durant les mois d'avril à juin pour

la saison suivante. Des tests de rattrapage sont organisés au début du tour d'automne et du tour de printemps, ces derniers sont spécialement conseillés aux candidats aux matchs d'essai.

## 2 Organisation

### 2.1 Discipline

L'épreuve suivante est prévue, «endurance dans le domaine du sprint» à savoir 40 sprints de 75 mètres, toujours interrompus par un intervalle de 25 mètres de marche.

### 2.2 Lieu

Les tests se déroulent sur une piste d'athlétisme (piste de 400 mètres).

### 2.3 Procédé

Au premier commandement, les ARB doivent effectuer les premiers 75 mètres à partir de leur position de départ dans la limite de temps impartie. Le sprint est considéré comme réussi lorsque l'ARB se retrouve dans la zone d'arrivée au signal acoustique (+/- 1,5 mètres), il ne peut pas dépasser cette zone. Ensuite, l'ARB doit effectuer 25 mètres au pas ou en trottinant, de telle manière qu'après l'écoulement de la limite de temps, il soit à nouveau prêt pour le prochain sprint de 75 mètres.

## 3 Limites

### 3.1 Limites de temps

Pour les différentes catégories, les limites suivantes sont valables:

	<u>75 m</u>	<u>25 m</u>
- ARB 2 <sup>e</sup> ligue interrégionale	15 sec.	22 sec.
- ARB 2 <sup>e</sup> ligue régionale	15 sec.	22 sec.
- ARB 3 <sup>e</sup> ligue	15 sec.	24 sec.
- AA 2 <sup>e</sup> ligue interrégionale	15 sec.	22 sec.
- AA 2 <sup>e</sup> ligue régionale	15 sec.	24 sec.

### 3.2 ARB et AA

Pour les ARB qualifiés en 3<sup>e</sup> ligue qui sont également qualifiés comme AA en 2<sup>e</sup> ligue interrégionale, les limites comme AA de 2<sup>e</sup> ligue interrégionale doivent être remplies.

## 4 Résultats du test de condition physique

### 4.1 Test de condition physique réussi

Pour toute la série, les ARB ont le droit de se trouver deux fois hors de la limite de temps dans la zone d'arrivée. Le test de condition physique est réussi lorsque 38 sprints de 75 mètres sur 40 ont été effectués dans la limite de temps impartie conformément au chiffre 3.1 des présentes directives. Dans le cas contraire, le test de condition est considéré comme non réussi.

### 4.2 Test non réussi pour la première fois

Les ARB qui ne réussissent pas le test, ne sont convoqués plus que pour des matchs selon chiffre 4.3 des présentes directives lors de la prochaine saison. Les ARB n'ayant pas réussi le test de condition physique ordinaire, peuvent choisir entre deux possibilités de rattrapage:

- Participer à un test de rattrapage au mois d'août. En cas de réussite, l'ARB peut à nouveau être convoqué dans la ligue correspondante lors du tour de printemps. Dans le cas contraire, la rétrogradation a lieu selon le chiffre 4.3 des présentes directives.
- Participer au test de condition physique au mois de mars de l'année suivante. Ces ARB sont engagés jusqu'à cette date dans la ligue selon le chiffre 4.3 des présentes directives. S'il réussit le test, l'ARB peut à nouveau être convoqué dans

la ligue correspondante pour le tour de printemps. Dans le cas contraire, la rétrogradation a lieu selon le chiffre 4.3 des présentes directives.

#### **4.3 Test non réussi pour la deuxième fois**

##### **4.3.1 Rétrogradation et radiation**

Les ARB qui échouent deux fois de suite au test de condition physique (test de condition ordinaire et test de rattrapage), sont rétrogradés comme suit:

- ARB de 2<sup>e</sup> ligue interrég.: rétrogradation comme ARB de 2<sup>e</sup> ligue régionale
- ARB de 2<sup>e</sup> ligue régionale: rétrogradation comme ARB de 3<sup>e</sup> ligue
- ARB de 3<sup>e</sup> ligue: rétrogradation comme ARB de 4<sup>e</sup> ligue
- AA de 2<sup>e</sup> ligue interrég.: rétrogradation comme AA de 2<sup>e</sup> ligue régionale
- AA de 2<sup>e</sup> ligue régionale: radiation de la liste des AA

##### **4.3.2 Limites pour les AA de 2<sup>e</sup> ligue régionale**

Les ARB de 3<sup>e</sup> ligue qui sont parallèlement qualifiés comme AA de 2<sup>e</sup> ligue régionale et qui échouent deux fois de suite au test de condition physique sont, en plus de leur rétrogradation comme ARB, également radiés de la liste des AA.

##### **4.3.3 Limites AA 2<sup>e</sup> ligue interrégionale pour les ARB de 3<sup>e</sup> ligue**

Les ARB de 3<sup>e</sup> ligue, qui sur la base des qualifications comme AA de 2<sup>e</sup> ligue interrégionale doivent remplir les limites de temps inférieures et qui échouent deux fois de suite, conservent leur qualification d'ARB.

##### **4.3.4 Limites AA 2<sup>e</sup> ligue interrégionale pour les ARB de 2<sup>e</sup> ligue régionale**

Les ARB de 2<sup>e</sup> ligue interrégionale et les ARB de 2<sup>e</sup> ligue régionale qui sont également qualifiés comme AA de 2<sup>e</sup> ligue interrégionale et qui ne réussissent pas le test de condition physique deux fois de suite seront, en plus de leur rétrogradation comme ARB, également rétrogradés comme AA en 2<sup>e</sup> ligue régionale.

##### **4.3.5 Candidats à des matchs d'essai**

Les candidats à des matchs d'essai qui ne réussissent pas les limites de la catégorie correspondante, peuvent répéter le test de condition physique à une date ultérieure. S'ils n'atteignent pas les limites deux fois, ils sont radiés en tant que candidats à des matchs d'essai.

## **5 Absences**

### **5.1 Absences justifiées**

Sont considérées comme absences justifiées: maladie et accident (certificat médical), le service militaire (copie de la convocation) et des absences professionnelles (confirmation de l'employeur). Les excuses doivent être adressées par écrit à la CA (lettre, E-Mail, fax) avant la date du test de condition physique. Seul dans des cas exceptionnels, des excuses ultérieures sont acceptées. La CA décide quant à la validité des excuses.

### **5.2 Absences injustifiées**

En cas d'absences injustifiées ou d'excuses infondées pour la participation au test de condition physique, la CA prononce des sanctions. Les amendes correspondantes figurent dans le Règlement des amendes de l'AFBJ.

### **5.3 Conséquences des absences**

#### **5.3.1 Absences justifiées au test de condition physique ordinaire**

Les ARB qui ne peuvent pas participer au test de condition physique pour une raison justifiée sont convoqués au test de rattrapage du mois d'août. Si le test est réussi, l'ARB peut immédiatement à nouveau être convoqué pour la ligue

correspondante. Si le test n'est pas réussi, l'ARB ne dirige plus avec effet immédiat, que des matchs selon le chiffre 4.3 des présentes directives. Le test de condition physique peut être passé une nouvelle fois au mois de mars de l'année suivante. Si le test est réussi, l'ARB peut à nouveau être convoqué pour la ligue correspondante pour le tour de printemps. Dans le cas contraire, la rétrogradation a lieu selon le chiffre 4.3 des présentes directives.

### **5.3.2 Absences justifiées au test de rattrapage**

Si pour des raisons justifiées, l'ARB ne peut pas participer au test de rattrapage, il ne pourra jusqu'à nouvel avis être convoqué que pour des matchs selon chiffre 4.3 des présentes directives.

### **5.3.3 Absences injustifiées**

Des absences injustifiées pour la participation au test de condition physique sont traitées comme si le test de condition physique n'a pas été réussi. La démarche se conforme par analogie aux chiffres 4.2 et 4.3 de cette directive. En cas d'absence injustifiée au test de condition physique ordinaire ainsi qu'au test de rattrapage du mois d'août au cours de l'année civile en cours, l'ARB sera rétrogradé en 4<sup>e</sup> ligue et radié de la liste des AA en tant qu'AA.

### **5.3.4 Plusieurs absences**

La CA décide de cas en cas quant aux sanctions contre les ARB qui n'ont participé de manière justifiée ou injustifiée à aucun test de condition physique durant une année civile.

## **6 Talents**

Les ARB qui appartiennent au ressort des talents et qui lors d'un cours pour les talents ont réussi au cours de l'année civile correspondante un test de condition physique, sont dispensés de ce test de condition physique annuel.

## **7 Dispositions finales**

### **7.1 Contestations**

Des contestations relatives à l'organisation, aux mesures du temps ou aux résultats du test de condition physique doivent être communiquées au chef de cours avant la fin du cours. L'opposition doit être justifiée par écrit vis-à-vis de la CA dans les sept jours. La CA décide alors de manière définitive.

### **7.2 Approbation**

Ces directives ont été approuvées par la Commission Arbitrage de l'AFBJ lors de la séance du 20 juin 2017.

### **7.3 Mise en vigueur**

Ces directives entrent en vigueur le 1<sup>er</sup> juillet 2017.

Association de football Berne/Jura  
Commission des arbitres

Le responsable:

Le secrétaire:

Reto Rutschi

Patrick Lehmann