

Mis à jour le 30 janvier 2026

Les Tests d'Exigences Préalables (TEP)

Les tests d'exigences préalables sont des tests physiques officiels et obligatoires avant l'entrée en formation BPJEPS « Multi Activités Physiques et Sportives pour Tous » (MAPST). Ces tests sont organisés par les DRJSCS (Jeunesse et sport). Il faut être âgé de 16 ans minimum le jour des tests. Les inscriptions se font uniquement en ligne au moins 1 mois avant, en allant sur la session de votre choix.

(ATTENTION, le nombre de places est limitée)

La validité des TEP est nationale et d'une durée illimitée.

Contenu des épreuves physiques

Test navette : Luc Léger

Le Luc Léger est un test progressif qui consiste à courir d'une ligne à l'autre, séparées de 20 mètres, selon le rythme indiqué par des "bips" sonores.

Les candidats à la formation se placent derrière une ligne "A" matérialisée au sol et délimitée par des plots et au signal sonore, les candidats doivent se diriger vers la ligne "B" également matérialisée et délimitée au sol.

Ce test a pour objectif de vérifier la capacité physique du candidat. Les minimas sont fixés

- au palier 6 pour les femmes
- au palier 8 pour les hommes

Test Parcours d'habileté motrice

Il vise à vérifier si le candidat à la formation est capable de satisfaire à un parcours enchaînant 22 ateliers dans un temps limité. Dans ces ateliers, le candidat devra :

- Courir
- Sauter
- Lancer
- Dribbler au pied
- Dribbler à la main
- Les minimas sont les suivants :
- 2 minutes 06 pour les femmes
- 1 minute 46 pour les hommes

Ci-après un exemple de parcours.

