

BULLETIN OFFICIEL DES ARMÉES



Édition Chronologique n° 51 du 9 juillet 2021

TEXTE RÉGLEMENTAIRE PERMANENT

Texte 6

INSTRUCTION N° 126

relative au contrôle de la condition physique du militaire.

Du 25 juin 2021

INSTRUCTION N° 126 relative au contrôle de la condition physique du militaire.

Du 25 juin 2021

N O R M E 2 1 0 1 6 8 4 J

Référence(s) :

- [Directive N° 17615 du 23 décembre 2003 pour la pratique de l'entraînement physique et des sports dans les armées.](#)
- [Instruction N° 40908/DEF/EMA/PERF/BORG - N° 40908/DEF/DCSSA/PC/MA - N° 40908/GEND/DPMGN/SDC/BFORM du 08 janvier 2016 relative à la surveillance médico-physiologique de l'entraînement physique militaire et sportif.](#)

Texte(s) abrogé(s) :

- [Instruction N° 126/DEF/EMA/EMP/3 du 25 janvier 2007 relative au contrôle de la condition physique du militaire.](#)

Classement dans l'édition méthodique :

BOEM [562.4](#).

Référence de publication :

DESTINATAIRES:

- Armées, directions et services ;
- Gendarmerie nationale.

1. GÉNÉRALITÉS**1.1. Entraînement physique militaire et sportif (EPMS).**

L'aptitude des militaires, d'active et de la réserve opérationnelle, à faire face aux contraintes physiques et psychologiques inhérentes aux emplois et missions qu'ils assument, est directement liée à leur capacité physiologique ainsi qu'au niveau de leur entraînement physique.

Partie intégrante de la formation militaire générale, l'EPMS est une nécessité professionnelle et opérationnelle, qui contribue directement à la préservation du potentiel humain, facteur déterminant dans la résolution des conflits modernes.

Consubstantiel à la capacité opérationnelle du personnel militaire tout au long de sa carrière, il doit être organisé et contrôlé avec le même souci d'efficacité que les autres composantes de l'instruction militaire.

Pour être correctement conduit, l'entraînement physique requiert une collaboration étroite entre le commandement, la chaîne santé et la chaîne technique EPMS.

Par ailleurs, l'EPMS procède d'une responsabilité partagée entre le militaire, qui doit se maintenir en condition physique, et le commandement, qui assure la formation en école, le suivi et le contrôle de l'entraînement en unité ainsi que la mise en place des moyens d'entraînement et de préparation.

1.2. Capacité physique du militaire.

La capacité physique du militaire est évaluée lors d'un contrôle **annuel obligatoire** : le contrôle de la condition physique du militaire (CCPM).

Le système adopté :

- permet la prise en compte des spécificités des forces armées, des directions et services ;
- impose au personnel militaire de s'entraîner et de progresser par l'instauration d'épreuves cotées et d'un seuil minimal à atteindre.

Le CCPM comprend deux sous-ensembles indépendants :

- le contrôle de la condition physique générale (CCPG), commun aux forces armées, directions et services, est obligatoire et comporte un socle commun avec des disciplines de base (course à pieds, natation et musculation). Il permet d'apprécier le niveau de condition physique du personnel militaire et les tendances de son évolution.
- le contrôle de la condition physique spécifique (CCPS) est laissé à l'initiative des forces armées, directions et services. Les épreuves portent sur l'évaluation d'une aptitude physique « fonctionnelle » à remplir un type de mission ou d'emploi. Il leur permet d'affirmer leurs spécificités en matière de condition physique, pour la maîtrise d'un milieu ou d'une technique en particulier.

1.3. Aptitude médicale.

Les conditions d'aptitude médicale sont précisées dans l'instruction citée en troisième référence.

L'aptitude médicale du militaire à effectuer le CCPM est évaluée par un médecin du service de santé des armées, au cours de la visite médicale périodique (VMP) ou à l'occasion de toute affection de nature à modifier cette aptitude.

Conformément à cette instruction, le certificat médico-administratif d'aptitude (imprimé n° 620-4*/1) est dûment renseigné par le médecin. Il précise la présence ou

non d'une restriction médicale à l'EPMS, avec ou sans rédaction d'une fiche de recommandations (à destination du spécialiste EPMS), ainsi que son aptitude ou inaptitude à tout ou partie des épreuves du CCPM.

La vérification de l'aptitude médicale doit être réalisée préalablement aux épreuves.

1.4. Prise en compte des CCPM et exemptions possibles.

Le CCPM fait partie intégrante de la notation de chaque militaire. Les résultats en sont reportés dans la feuille de notation annuelle.

Dans le cas d'une exemption médicale complète sur la période de réalisation des épreuves voire définitive au CCPM, la mention « exempt » est reportée sur la feuille de notation.

Si le militaire fait l'objet d'une ou plusieurs exemptions médicales et que la durée de celle(s)-ci ou que le cumul de celles-ci est supérieur ou égal à 60 jours, la mention « exempt » est reportée sur la feuille de notation. Il convient de se référer au point 2.2. pour les modalités d'application.

Dans le cas d'une exemption partielle (à une ou plusieurs épreuves physiques), les modalités de prise en compte des résultats dans la notation sont déterminées par les forces armées, directions et services, dans des textes d'application dédiés.

Dans le cas où aucune exemption ne vient justifier leur non réalisation sur la période considérée, les tests sont marqués « non effectués ».

1.5. Application du contrôle dans les forces armées, directions et services.

Dans une logique "gestionnaire", les chefs d'états-majors d'armées, le directeur général de la gendarmerie nationale et les directeurs des directions et services déterminent, dans leur texte d'application, les épreuves à mettre en œuvre pour évaluer les trois aptitudes du CCPG (ECR, AA, CMG) de leur personnel, ainsi que les conditions d'application de la présente instruction.

Les organismes interarmées, ne disposant pas de cellules EPMS dédiées, bénéficient du soutien des cellules EPMS d'adossement pour la mise en œuvre de leurs épreuves du CCPM.

2. CONTRÔLE DE LA CONDITION PHYSIQUE DU MILITAIRE.

2.1. Personnel assujetti.

Les modalités du contrôle sont conçues, sur le plan technique, de manière à être applicables à tous les militaires d'active, quels que soit leur sexe et leur âge.

Les militaires de la réserve opérationnelle, en particulier ceux dont l'activité est la plus soutenue, sont invités, chaque fois que possible, à effectuer les épreuves du CCPM.

2.2. Périodicité.

Le contrôle est effectué chaque année. Les textes d'application des forces armées, directions et services précisent la période de réalisation des épreuves.

Le contrôle se déroule avant la notation, afin de prendre en compte les résultats obtenus et, le cas échéant, de les commenter lors de l'entretien annuel de notation.

2.3. Nature du contrôle.

2.3.1. Contrôle de la condition physique générale.

Le CCPG a pour vocation d'évaluer la condition physique du militaire par rapport à sa classe d'âge et son genre. Il est donc évalué selon des barèmes différenciés.

Le CCPG comprend trois épreuves :

- l'endurance cardio-respiratoire (ECR) ;
- l'aisance aquatique (AA) ;
- la capacité musculaire générale (CMG).

Chaque épreuve ou groupe d'épreuves est noté sur 20 points, soit un total de 60 points, pour l'évaluation des trois aptitudes du CCPG.

L'ordre de réalisation des épreuves est déterminé par l'organisateur chargé du contrôle. Les trois épreuves sont indépendantes et peuvent être réalisées au cours de séances distinctes.

Le classement au CCPG comprend cinq niveaux :

- * classement 5 : de 51 points à 60 points ;
- * classement 4 : de 41 points à 50 points ;
- * classement 3 : de 31 points à 40 points ;
- * classement 2 : de 21 points à 30 points ;
- * classement 1 : 20 points et moins.

Un militaire est déclaré apte s'il totalise 31 points au minimum. A défaut, le militaire devra à nouveau réaliser tout ou partie des épreuves, pour atteindre ce seuil avant la fin de la période des contrôles.

Le militaire qui n'a pas effectué tout ou partie des épreuves pendant la période de réalisation des contrôles, alors qu'il remplissait les conditions d'aptitude, est noté comme n'ayant pas effectué son CCPM.

2.3.2. Contrôle de la condition physique spécifique.

Le CCPS, dans sa réalisation et son contenu, est laissé à l'initiative des forces armées, directions et services, dans des textes d'application dédiés, conformément aux modalités fixées au point 1.2.

Les épreuves du CCPS ayant vocation à déterminer l'aptitude à tenir un poste, les barèmes en sont identiques quel que soit le genre et l'âge du personnel évalué.

Le personnel assujetti, les modalités d'exécution des épreuves ainsi que les barèmes afférents sont précisés dans des textes d'application propres à chacune des forces armées, directions et services.

2.3.3. Fiche récapitulative.

Les résultats des CCPM (CCPG et CCPS), telles que les renseignements, le type de contrôle et les performances, doivent être portés sur une fiche récapitulative éditée par le service gestionnaire, via le logiciel prévu à cet effet.

Cette fiche permet :

- de synthétiser les éléments et les résultats du contrôle ;
- d'établir la notation annuelle ;
- de sélectionner, éventuellement, les candidats aux différents examens, stages ou emplois et lors des renouvellements de contrat.

La réalisation de l'ensemble des épreuves du CCPG est obligatoire pour être classé (voir paragraphe 2.3.1).

3. COMITÉ DE SUIVI.

Les conditions d'application de la présente instruction et l'exploitation des résultats obtenus sont assurées par un comité de suivi sur le CCPM, placé sous la présidence du commissaire aux sports militaires (CSM).

Se réunissant au moins une fois par an, ce comité a pour missions :

- d'identifier les difficultés liées à la mise en œuvre du CCPM et, le cas échéant, de proposer à l'état-major des armées des modificatifs au texte;
- de poursuivre la réflexion : évolution du logiciel interarmées de traitement des données ; cohérence des tests de sélection (contrôle annuel, concours et examens) ; adaptation du concept à la réserve opérationnelle etc.

Animé par un représentant du commissariat aux sports militaires, ce comité comprend :

- les correspondants chargés de l'EPMS des états-majors d'armées, de la direction générale de la gendarmerie nationale ainsi que des directions et services ;
- le conseiller santé du CSM ;
- toute personne susceptible d'apporter une expertise particulière.

Les travaux et conclusions du comité de suivi sur le CCPM sont présentés annuellement en commission plénière du comité des bénéficiaires (CoBen) de la politique des sports militaires.

4. TEXTE ABROGÉ.

[L'instruction n° 126/DEF/EMA/EMP/3 du 25 janvier 2007](#) relative au contrôle de la condition physique du militaire est abrogée.

5. PUBLICATION.

La présente instruction sera publiée au *Bulletin officiel des armées*.

Pour la ministre des armées et par délégation :

*Le vice-amiral d'escadre,
sous-chef d'état major « performance »,*

Didier MALETERRE.

Pour le ministre de l'intérieur et par délégation :

*Le général de corps d'armée,
directeur des personnels militaires de la gendarmerie nationale,*

Armando DE OLIVEIRA.

