
Note d'information fédérale – Septembre 2021 – n°312

SPÉCIALE PPJ

NOUVEAU PROGRAMME DE DÉTECTION

1. Nouveau programme PPJ

« Le PPJ fait peau neuve »

Notre programme de détection se transforme pour répondre encore mieux à notre volonté d'accompagner, au sein d'une dynamique saine et équilibrée, les rameuses et les rameurs vers des performances sportives à moyen terme

Pour cette nouvelle saison 2021-2022, l'organisation proposée doit renforcer le lien entre chaque entité (club, ligue, fédération) pour accompagner de la meilleure manière possible nos jeunes à fort potentiel.

Ainsi, les clubs seront chargés d'effectuer cette première identification, et de faire passer les Tests Physiques du PPJ (Annexe 1) sur 2 périodes distinctes (1^{ère} quinzaine de décembre, 1^{ère} quinzaine de février). Ces tests sont là pour guider une progression athlétique, aspect essentiel pour préserver l'intégrité physique et construire une performance à terme.

Les ligues sont chargées de mettre en place des stages inter-ligues, par zone scolaire, sur 6 jours durant les vacances de février. Au programme, développement et renforcement des compétences de rameurs, et formation aux mouvements d'haltérophilie.

Une finalité compétitive est désormais pleinement intégrée au PPJ, puisque les stages de février deviennent le point de départ à la constitution d'équipages (4+, 2-, 2X) en vue de la régates de sélection U17 qui se déroulera

début mai. Cette régates de sélection permettra d'intégrer l'équipe du Match France Grande-Bretagne.

La fédération coordonne l'ensemble du dispositif PPJ, veille à sa bonne réalisation, et regroupera en stages :

- Fin août, dans le cadre d'un projet européen : 80 J14 identifiés lors des championnats de zone (8 1ers skiffeurs J14 H & F, 1er double J14 H & F – pour chaque zone).
- Fin août, dans le cadre du stage franco-allemand : 16 J16 identifiés et suivis de longue date dans le cadre du PPJ ».

Pour toute demande de renseignement, veuillez contacter le responsable du PPJ, Gael Depierre :

Gael.depierre@ffaviron.fr - 06 20 95 08 63

[Annexe 1 : Tests Physiques PPJ + Stratégie de passage](#)

[Annexe 2 : Barème Tests Physiques](#)

[Annexe 3 : Organisation Schématique PPJ](#)

[Tableau des tests physique](#)