

# Endurance: Bike (niveau A)

Au cours de ce test, l'élève applique les principes de base de l'endurance sur un vélo pendant 25 minutes pour entraîner cette capacité.

Les élèves sont capables d'effectuer un parcours de 25 minutes en bike sur le terrain sans s'arrêter. Pour réussir le test, les élèves doivent effectuer le parcours sans interruption.

[Bike \(niveau A\)](#) (pdf)

[Bike \(niveau A\): Fiche d'évaluation](#) (xls)



## Remarque

Les compétences disciplinaires se voient concrétisées au travers de trois niveaux: le niveau A – susceptible d'être atteint par presque tous les élèves, le niveau B – par la moyenne d'entre eux et le niveau C – par les meilleurs.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Office fédéral du sport OFSPO**