



POLITIQUE SPORTIVE FÉDÉRALE

Points d'attention

- ☐ Le sens des détections
- ☐ La pyramide des talents
- ☐ Les statuts ADEPS
- ☐ Être partenaire d'entraînement
- ☐ Les courbes individuelles de progression
- ☐ Les valeurs liées au haut-niveau



LE SENS DES DÉTECTIONS



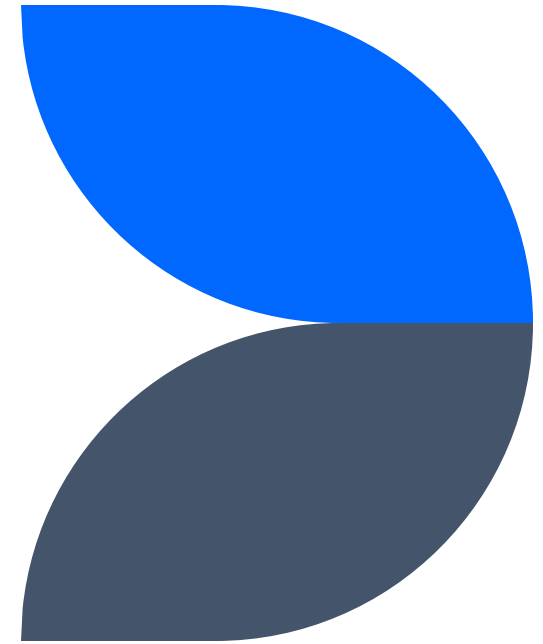


Quelques conseils et mises en garde

- ☐ Dans cette tranche d'âge, les comparaisons sont aléatoires et subjectives
- ☐ Ces tests sont une photographie issue d'un film : rien de plus, rien de moins
- ☐ Il est recommandé de participer chaque année
- ☐ Tenir ses résultats et les communiquer au club

18 tests physiques Batterie de situations volley

Les perspectives liées aux
paramètres physiologiques



FICHE DE DÉTECTION INDIVIDUELLE — FVWB

Fédération Wallonie-Bruxelles de Volleyball • Cellule Haut Niveau • Ugo Blairon / Jonas Wallens

① IDENTITÉ

Année de naissance		
Nom		
Prénom		
Couleur		
② ANTHROPOMÉTRIE		
Poids		kg
Taille debout		cm
Taille assise		cm
Envergure horiz.		cm
Enverg. vert. 1 bras		cm
Enverg. vert. 2 bras		cm

TESTS PHYSIQUES

Test	Essai 1	Essai 2	Unité
A) VITESSE PURE			
5m			s
10m			s
18m			s
50m			s
B) VITESSE MULTIDIRECTIONNELLE			
Sablier			s
6 × 3m			s
10 × 5m			s
C) SAUTS & DÉTENTES			
Sergent Test			cm
Multibonds (5 sauts)			m
SBJ			m
Spike Reach			cm
Bloc Reach			cm

Test	Essai 1	Essai 2	Unité
D) LANCERS MÉDECIN-BALL (♀ 2kg / ♂ 3kg)			
Lancer de poitrine			m
Chevalier servant OH			m
E) ENDURANCE — TEST NAVETTE			
Palier atteint			
VO2max estimé			ml/kg/min
F) TESTS DE VOLLEY			
Vitesse attaque à 2m			km/h
Vitesse attaque à 2m15			km/h
Service chevalier servant			km/h
Service avec élan			km/h
Oeil de maiquignon			0 → 5

COMMENTAIRES

LA PYRAMIDE DES TALENTS



PYRAMIDE DES TALENTS DU VOLLEY

GRANDIR.
PROGRESSER.
PERFORMER.
ENSEMBLE.



DU TERRAIN LOCAL AU SOMMET MONDIAL | UN PARCOURS. UNE PASSION. UN RÊVE.

LE PROJET U13 EN COLLABORATION AVEC LES ENTITÉS



LE POINT AU 25 MAI 2026

L'ENTITÉ DE LIÈGE = 1 SÉANCE HEBDOMADAIRE

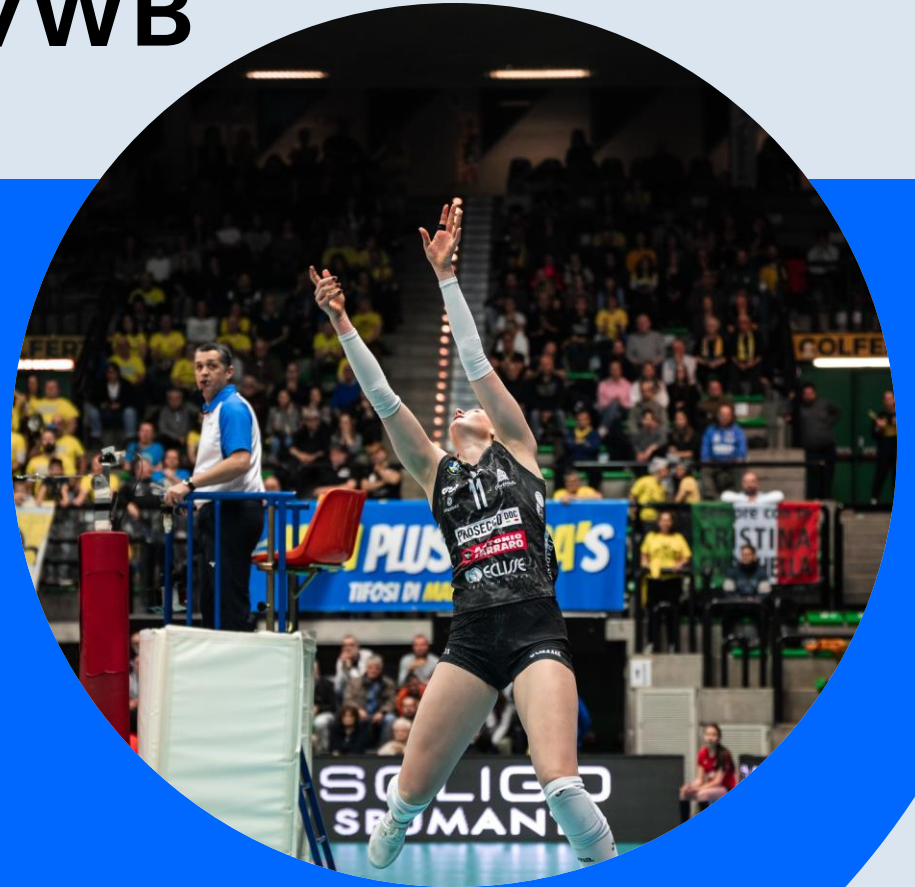
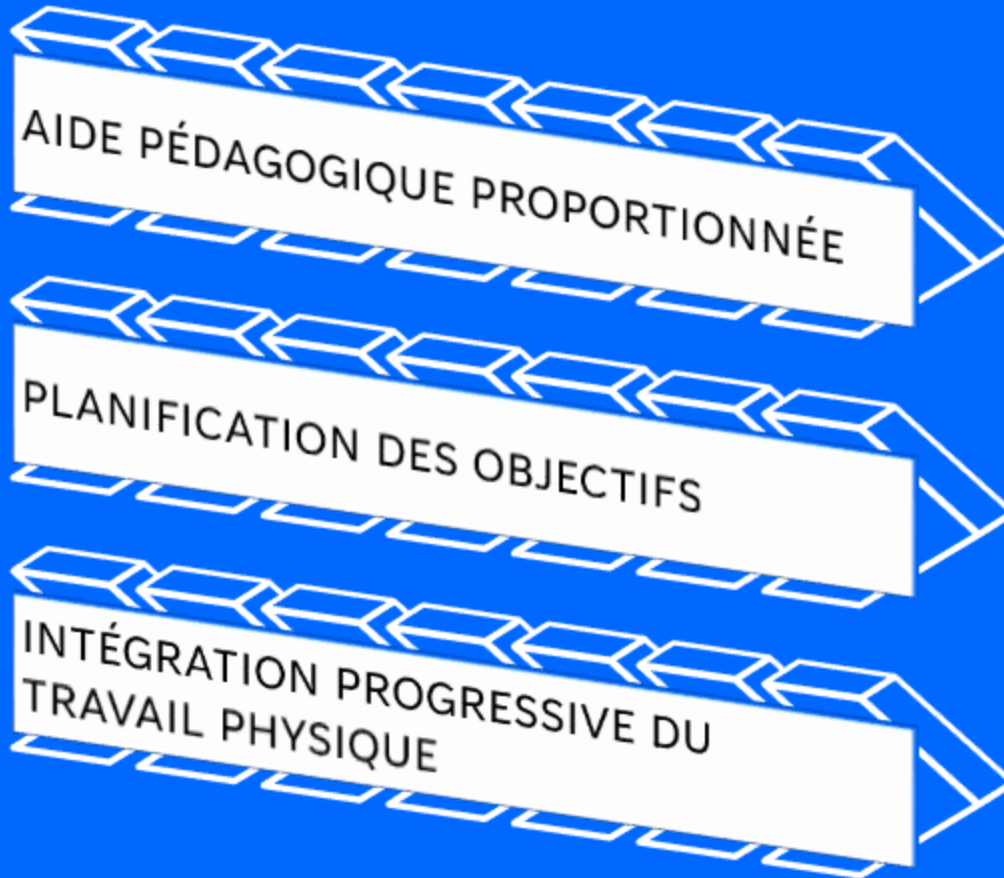
L'ENTITÉ DU BWBC = 2 SÉANCES PAR MOIS

L'ENTITÉ DU HAINAUT = 2 SECTEURS ET 2 SÉANCES
MENSUELLES

L'ENTITÉ DU LUXEMBOURG = 1 SÉANCE PAR MOIS

L'ENTITÉ DE NAMUR = DÉCISION DE PRINCIPE FAVORABLE

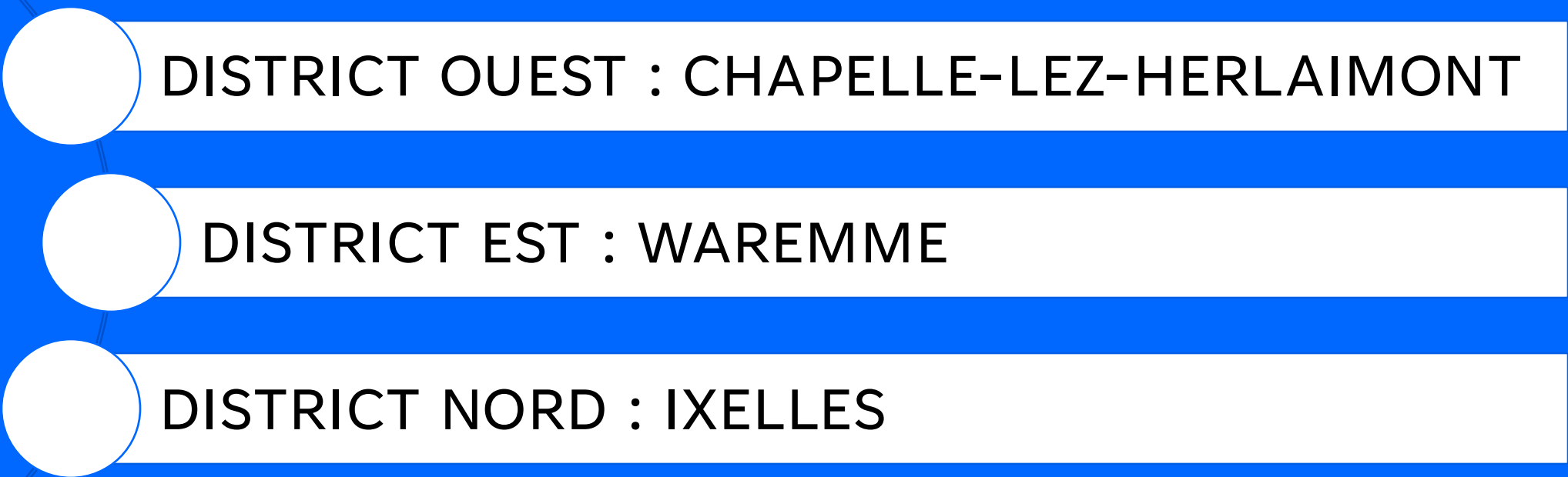
L'INTERVENTION DE LA FVWB



LE TRAVAIL DES U15 DANS TROIS DISTRICTS



TROIS (4?) DISTRICTS : → 200 ATHLÈTES

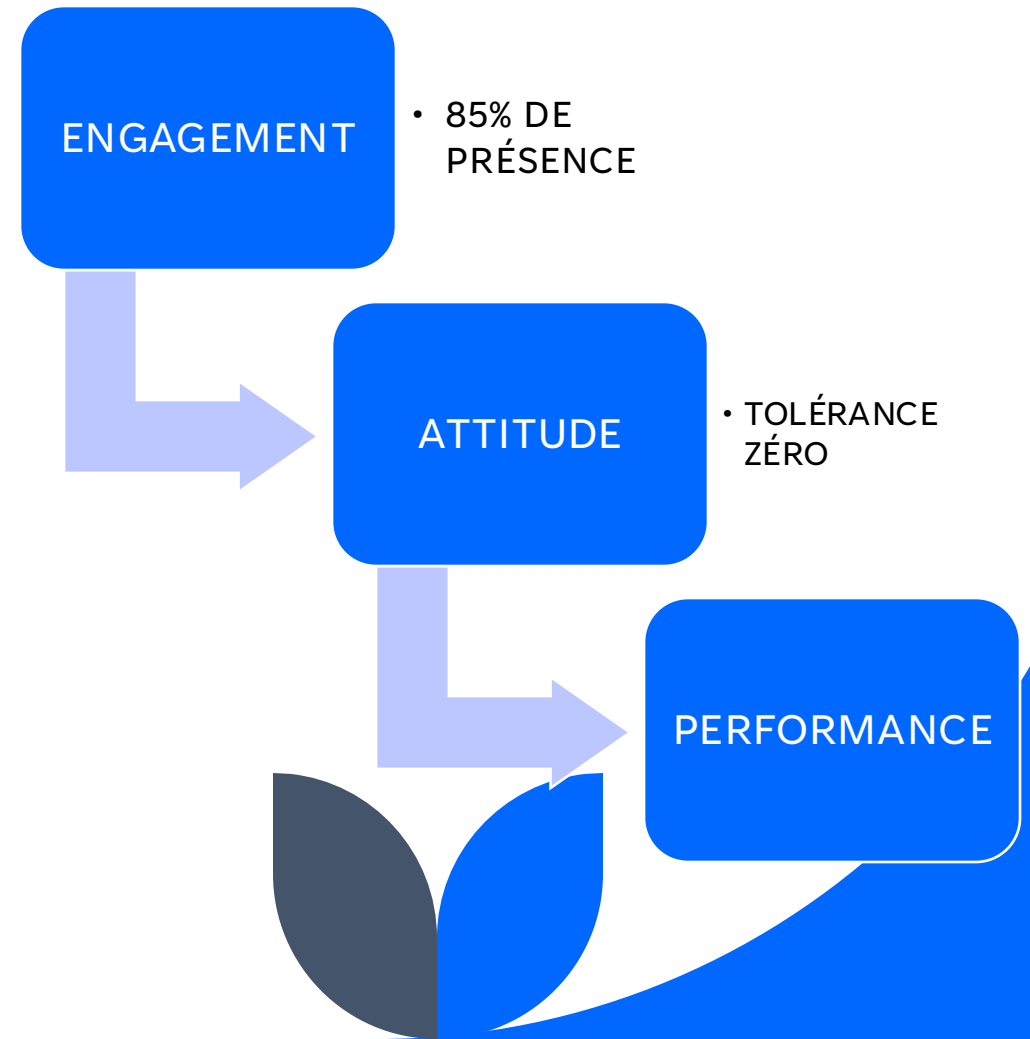


DISTRICT OUEST : CHAPELLE-LEZ-HERLAIMONT

DISTRICT EST : WAREMMME

DISTRICT NORD : IXELLES

LE TRAVAIL EN DISTRICTS : WHAT ELSE ?



LES STATUTS ADEPS



LE PARCOURS STATUTAIRE VERS LE HAUT-NIVEAU

STATUTS ADEPS

JEUNE TALENT

ESPOIR SPORTIF

SPORTIF HAUT-
NIVEAU



ÊTRE PARTENAIRE D'ENTRAÎNEMENT



QUE SE PASSE-T-IL SI ON « QUITTE » LA FILIÈRE ?

DEVENIR PARTENAIRE D'ENTRAÎNEMENT

GARDER UN STATUT DE MANIÈRE
TEMPORAIRE

RESPECTER LES MÊMES OBLIGATIONS

LES COURBES INDIVIDUELLES DE PROGRESSION



CHAQUE ATHLÈTE A SA PROPRE COURBE DE PROGRESSION

LINÉAIRE

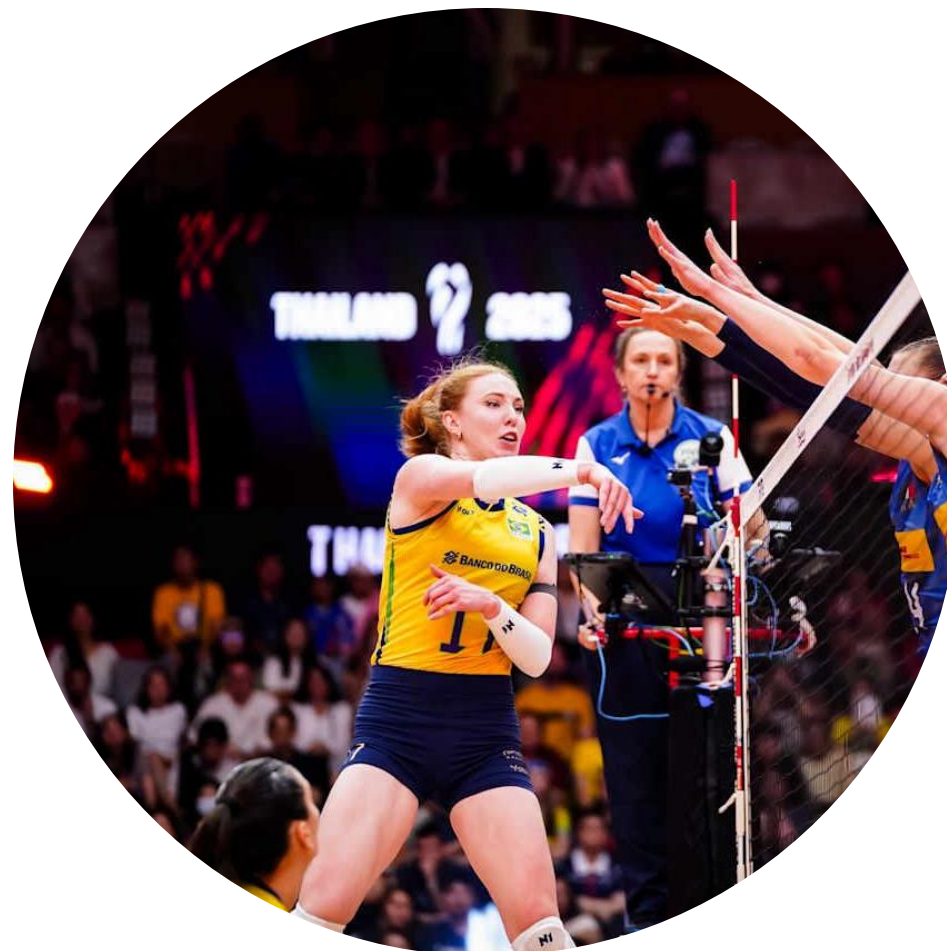
PAR
PALIERS

PAR PICS

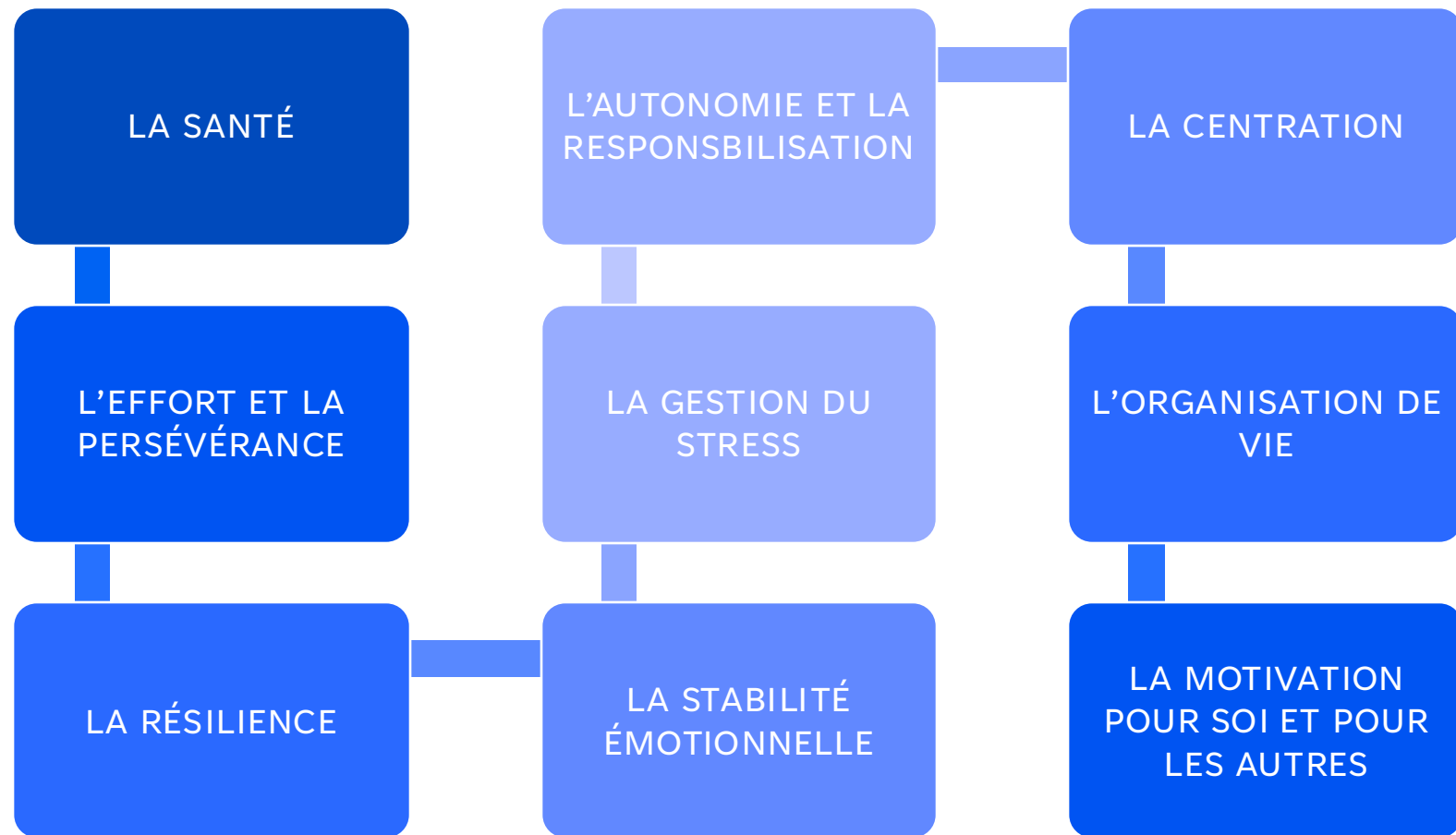
CHAOTIQUE



LES VALEURS LIÉES AU HAUT- NIVEAU



LE DOMAINE DE L'EXTRAordinaire



**ALLER
AU-DELÀ
DE SES RÊVES**



**AIDER CHACUN À ATTEINDRE
L'ÉLITE POUR SOI**



Merci de votre écoute

dominique.blairon@fvwb.be

0473 681163