



# DOSSIER DE CANDIDATURE

## CLE D'AMIENS

### 2020/2021

PHOTO

## RENSEIGNEMENTS ADMINISTRATIFS

Nom: ..... Prénom:.....  
Date de naissance: ...../...../..... Lieu: .....  
Adresse: .....  
Ville: ..... Code Postal: .....  
Téléphone domicile:..... Portable: .....  
Portable des parents : .....  
Mail Personnel:.....@.....  
Mail des Parents:.....@.....

Taille: ..... Poids:..... Pointure:.....

Inscription sur liste de Haut niveau:  OUI  NON

## RENSEIGNEMENTS SCOLAIRES

Nom, adresse et téléphone de l'établissement fréquenté en 2019-2020 :

.....  
.....

Filière suivie et classe:.....

Coordonnées Professeur Principal: .....

.....

Pour la prochaine rentrée scolaire de septembre 2020, vous souhaitez poursuivre vos études en classe de:.....

Options langues:

Vœux 1 : .....

Vœux 2 : .....

Vœux 3 : .....

Expériences de l'internat: (Collège - Lycée - Stages - Autres)

.....

Partagez-vous actuellement votre chambre ?  OUI  NON

## RENSEIGNEMENTS SPORTIFS

Nom de votre club actuel: .....

Ligue : .....

Coordonnées de ou des personnes (entraîneur etc..) responsable de votre activité

PRÉSIDENT DE CLUB	ENTRAINEUR
Nom : .....	Nom : .....
Prénom: .....	Prénom : .....
Tél: .....	Tél : .....
Mail:.....@.....	Mail : .....
.....	.....@.....

Semaine type d'entrainement (*indiquez vos heures d'entrainement*)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE

Pratiques complémentaires (Musculation, étirements stretching, autres sports etc.):

.....

.....

## **RÉSULTATS DES DEUX DERNIERES SAISONS COMPLETEES**

Depuis vos débuts, principaux résultats significatifs (Titres-Challenges etc.)

.....  
.....  
.....  
.....

SAISON EN COURS : Principaux résultats significatifs

1 - .....  
2 - .....  
3 - .....  
4 - .....  
5 - .....

### **QUESTIONNAIRE**

1) Depuis combien de temps pratiquez-vous l'haltérophilie ?

.....

2) Combien de fois vous entraînez-vous par semaine ?

.....

3) Quelle est la durée moyenne de vos séances ?

.....

4) Quel est votre objectif pour cette année ?

.....

.....

5) Quel est votre objectif à long terme ?

.....

.....

6) Que représente l'haltérophilie pour vous ?

.....  
.....  
.....

7) Avez-vous un suivi régulier par un entraîneur ?

.....  
.....

8) Selon vous, quelles sont vos qualités pour progresser ?

.....  
.....

9) Que vous apporterait l'entrée en pôle de la FFHM ?

.....  
.....  
.....

## RELEVÉ DES PERFORMANCES RÉALISÉES À L'ENTRAÎNEMENT

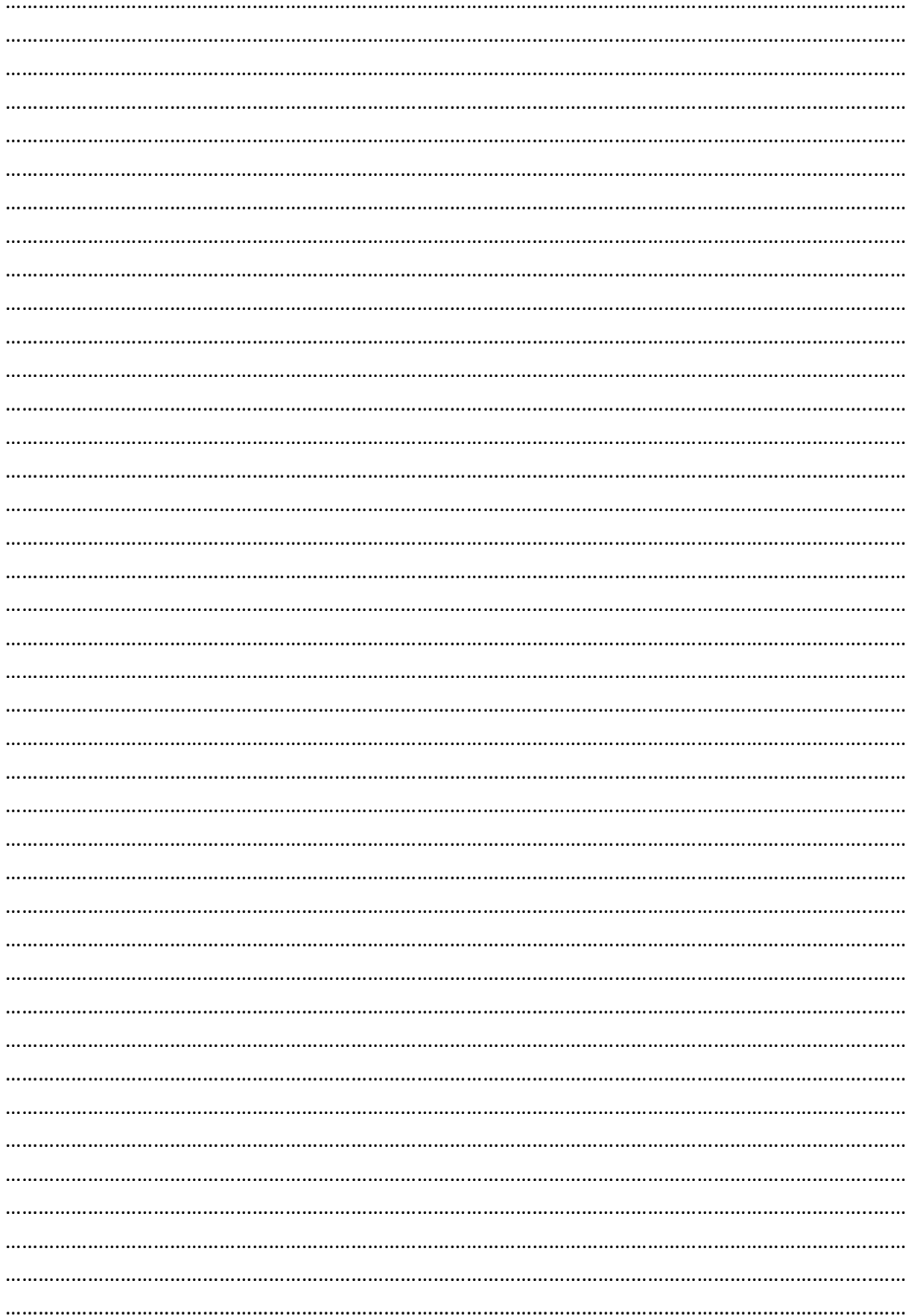
Nom:		Poids de corps :			
Prénom:		Date:			
Nom et coordonnées de l'entraîneur (mail, téléphone):					
MOUVEMENT / RÉPÉTITIONS	5	4	3	2	1
ARRACHÉ	X				
ARRACHÉ DEBOUT					
EPAULÉ JETÉ					
EPAULÉ JETÉ DEBOUT					
JETÉ SUPPORT					
SQUAT CLAV.					X
SQUAT NUQUE					
TLA					
TLE					

Attention, ne noter que les performances réalisées à l'entraînement, ce document nous permet d'apprendre à vous connaître d'avantage mais dans aucun cas à porter un jugement. Veillez donc bien à rester réaliste et objectif...

## LETTRE DE MOTIVATION

Manuscrite, à joindre au dossier sur **1 page maximum**.

Tâchez d'expliquer les raisons de votre candidature, vos ambitions, etc.



## PIÈCES À JOINDRE AU DOSSIER

- 1/ Bulletins trimestriels de l'année en cours (1er trimestre obligatoire) et de l'année précédente
- 2/ Photocopie de votre licence de l'année en cours
- 3/ Lettre de motivation
- 4/ Vos antécédents médicaux s'il y a lieu
- 5/ Le présent document complété et signé

## ENVOI DU DOSSIER

**Dossier complet à retourner impérativement avant le 31 mai 2020**

L'ensemble du dossier est à retourner par courriel à :

CLE AMIENS	
<b>Bruno MAIER</b> <a href="mailto:bmaier.picardie@orange.fr">bmaier.picardie@orange.fr</a>	<b>David DUHAUTOY</b> <a href="mailto:duhautoy.d@gmail.com">duhautoy.d@gmail.com</a>
06.79.70.36.01	06.86.98.53.98

**ET** par courrier à :

### Ligue Régionale Hauts-de-France Haltérophilie

Maison des Sports- Bâtiment B

2 SIS, rue Lescouvé

80000 AMIENS

***Attention, tout dossier incomplet ne sera pas étudié.***

---

Pour tout renseignement complémentaire, contacter le responsable du pôle concerné par courriel ou téléphone.

---

**Signature du (de la) candidat(e) :**

**Signature des Parents :**  
*(Candidat(e) mineur)*