

## LES ÉTAPES D'UN RECRUTEMENT RÉUSSI



Je suis un garçon

Je suis une fille



NATIONALITÉ FRANÇAISE

NIVEAU 3<sup>e</sup> À BAC + 5 DE 16 À 30 ANS

1



Internet et réseaux sociaux

Échange avec un marin

Salons et forums

Infos école

### PREMIER CONTACT AVEC LA MARINE NATIONALE

Je découvre que la Marine recrute.

2



### PREMIÈRE RENCONTRE AVEC UN CONSEILLER

Je me renseigne sur les métiers, les formations et le processus de recrutement.

3



### OUVERTURE DU DOSSIER DE CANDIDATURE

Je souhaite m'engager, je réunis l'ensemble des documents administratifs.

4



### ENTRETIEN DE PRÉSÉLECTION

Des entretiens RH déterminent la poursuite du processus de candidature pour un métier ou pour une spécialité.

5



### TESTS D'APTITUDE

Examens médicaux + tests d'anglais, d'aptitude sportive et psychologique.

6



### ACCEPTATION DU DOSSIER

J'apprends que ma candidature est acceptée par la Marine nationale.

7



### FORMATION MILITAIRE

Je rejoins l'équipage de la Marine nationale.

8



Forces sous-marines

Force d'action navale

Force de l'aéronautique navale

Force des fusiliers marins et commandos

État-major

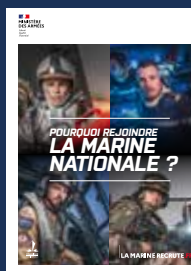
### AFFECTATION EN UNITÉ

Chaque année, la Marine nationale recrute 4 000 jeunes, du niveau 3<sup>e</sup> à bac +5, de 16 à 30 ans, dans 80 métiers. Prenez rendez-vous avec un conseiller dans le bureau de recrutement le plus proche de chez vous.

## 80 MÉTIERS ET 4000 POSTES ACCESSIBLES À TOUS



### À VOIR AUSSI...



LE GUIDE GÉNÉRIQUE



LE TRIPTYQUE SPORT



LA MARINE RECRUTE.FR

RETROUVEZ L'ACTUALITÉ ET LES OFFRES D'EMPLOI DE LA MARINE RECRUTE



+Marine nationale



Scannez ce QR code et retrouvez les informations complémentaires sur ce métier.



# DEVENEZ MONITEUR D'ENTRAÎNEMENT PHYSIQUE MILITAIRE ET SPORTIF

UN MÉTIER ET UNE FORMATION ACCESSIBLES DÈS LE BAC !



LA MARINE RECRUTE.FR

# LE SPORT DANS LA MARINE NATIONALE

Inhérente à la fonction de militaire, la condition physique et sportive du marin est un réel vecteur d'équilibre. Pilier de la préparation opérationnelle du marin, l'entraînement sportif permet aux équipages de disposer d'un haut niveau d'opérabilité.



## VOS MISSIONS EN TANT QUE MONITEUR D'EPMS

En tant que moniteur d'entraînement physique militaire et sportif (EPMS), embarqué ou à terre, vous avez pour principales missions d'assurer la mise en condition physique générale et spécifique (opérationnelle, mentale...) du personnel de la Marine nationale. Vous concevez et dirigez des séances d'EPMS dans un souci permanent de sécurité du personnel. Garant de la condition physique des équipages, vous faites passer les épreuves obligatoires annuelles et vous en contrôlez les résultats. Tout en promouvant la discipline, la combativité et le dépassement de soi, vous pouvez être amené à organiser des compétitions militaires ou à animer des sections de clubs sportifs de la Marine tels que le rugby, le basket-ball, la voile etc....



## LES TESTS D'APTITUDES

Pour le métier de moniteur d'EPMS, vous devez passer des épreuves spécifiques, en plus de celles communes à tous les candidats (Luc Léger, squats et barre fixe / poulie).

Pendant une journée, vous serez évalué à Brest, Paris ou Toulon sur des épreuves de tractions (barre fixe), de vitesse (sprint course à pied 40m), d'endurance (course à pied de 12 min) et d'aisance aquatique (100m nage libre et sauvetage).

| HOMMES | Endurance 12' | Tractions | 100m natation | Course sprint 40m |
|--------|---------------|-----------|---------------|-------------------|
| 20     | 3800m         | 25        | 59" en crawl  | 5"05              |
| 10     | 3050m         | 15        | 1'17"         | 5"85              |

| FEMMES | Endurance 12' | Tractions | 100m natation  | Course sprint 40m |
|--------|---------------|-----------|----------------|-------------------|
| 20     | 3250m         | 17        | 1'04" en crawl | 5"64              |
| 10     | 2600m         | 7         | 1'21"          | 6"44              |

## FOCUS : ÊTRE SPORTIF DE HAUT NIVEAU

### LE SAVIEZ-VOUS ?

La Marine recrute également des sportifs de haut niveau pour représenter la France et la Marine lors de divers événements sportifs. Ce statut permet de pratiquer intensivement sa discipline au sein du dispositif ministériel « Armée de Champions ». Affecté au Centre National des Sports de la Défense, vous représentez les armées lors des compétitions nationales et internationales civiles et militaires. La procédure pour être reconnu « Sportif de haut niveau » est propre à chaque fédération et est du ressort du candidat.



## SE FORMER AU MÉTIER

### 1 LES CONDITIONS POUR POSTULER

Le métier de moniteur d'EPMS est accessible à partir du Bac après une formation complète et rémunérée à l'Ecole de maistrance. En tant qu'officier marinier, vous vous engagez pour une durée de 6 ou 10 ans.

### 2 LES CONDITIONS ADMINISTRATIVES

- Être de nationalité française ;
- Être âgé de 17 à 30 ans ;
- Savoir nager ;
- Avoir effectué sa JDC ;
- Être médicalement apte.

### 3 LES FORMATIONS PROPOSÉES

Vous suivrez dans un premier temps une formation initiale militaire et maritime de 4 mois à l'Ecole de maistrance à Brest (Finistère) ou Saint-Mandrier (Var). Dans un second temps, vous suivrez une formation préparatoire aux épreuves du Centre National des Sports de la Défense (CNSD) pendant 2 mois.

Vous poursuivrez votre parcours par une formation de 7 mois au CNSD qui vous permettra d'obtenir votre Brevet d'Aptitude Technique (BAT). Vous suivrez des cours de Techniques d'Interventions Opérationnelles Rapprochées (TIOR), des cours d'anatomie et de physiologie et participerez à des organisations sportives ainsi qu'à l'animation de diverses séances de sport.

### 4 LES OPPORTUNITÉS D'ÉVOLUTION

Après plusieurs années d'expérience, vous aurez la possibilité de passer le Brevet Supérieur (BS). Ce diplôme vous permet d'accéder au statut d'officier marinier de carrière et de postuler à des fonctions d'encadrement.

### 5 CE MÉTIER EST FAIT POUR VOUS SI...

- Vous avez une excellente condition physique et le sens de l'effort ;
- Vous avez l'esprit d'équipe ;
- Vous êtes dynamique et pédagogue.

**5** recrutements par an