



## Bientôt à l'Ecole d'aspirant ? Préparez-vous !

*A nos futurs aspirants (\*),*

L'année de formation de policier/gendarme est particulièrement intense et exigeante, tant sur le plan physique qu'intellectuel. Elle exige de votre part une active préparation et de rigoureux entraînements.

A votre entrée en service, vous devrez maîtriser les compétences suivantes :

- **Langue d'engagement** – Maîtrise des compétences de base de votre langue d'engagement (français ou allemand). Pour le français : voir le lien [policier.ch/pdf/objectifs\\_specifiques](http://policier.ch/pdf/objectifs_specifiques).



UNIVERSITE POPULAIRE  
DU DISTRICT D'AIGLE

Et si votre niveau de français nécessite une remise à niveau, vous pouvez contacter l'Université populaire d'Aigle : un cours spécifique est disponible pour les concours d'admission dans les administrations cantonales et communales ou autres services officiels. Des cours privés sont également possibles. L'université populaire est soutenue par le canton de Vaud pour la formation d'adultes.

Pour toute information sur les dates des cours et les tarifs en vigueur :

[www.unipopaigle.ch](http://www.unipopaigle.ch) / +41 79 109 18 94 / [info@unipopaigle.ch](mailto:info@unipopaigle.ch)

- **Course à pied – marche – vélo** – Vous devez être en mesure de parcourir 10 km en course à pied dans un temps de 1 heure 15 minutes et de marcher 15 km sur terrain en 3 heures maximum (niveau T1). Vous devez être capable de parcourir 40 km en vélo sur terrain en 2 heures maximum.
- **Natation** – Vous devez pouvoir nager 300 mètres en brasse ventrale et/ou en crawl en 10 minutes maximum et 10 mètres minimum en apnée.
- **Technique (sports de combat en général)** – En connaissant les bases ou en pratiquant un tel sport, vous aborderez sereinement ces entraînements intensifs.

Pour atteindre ces buts, un seul conseil : des entraînements réguliers, déjà plusieurs mois avant le début de votre Ecole ! Bonne chance !

*(\*) Dans ce message, le masculin comprend le féminin.*