



BREVET SPORTIF NATIONAL

NÉ(E)S 1986 ET AVANT

De quoi s'agit-il ?

Le brevet sportif national permet à chacun de tester son niveau de condition physique à travers une série d'épreuves sportives pour lesquelles des performances minimales, adaptées au sexe et à l'âge du participant, ont été fixées.

Les candidats ayant réussi aux épreuves prescrites reçoivent un brevet ainsi qu'une médaille (or, argent ou bronze), décernés par le ministre des Sports lors d'une cérémonie officielle.

Critères d'obtention (voir page 2)

- Les candidats âgés de **40 à 59 ans** obtiennent l'insigne en bronze ou en argent s'ils réussissent* trois épreuves, choisies librement. Pour remplir les conditions nécessaires pour obtenir l'insigne en or, ils doivent réussir* les quatre épreuves.
- Les candidats âgés **de 60 ans et plus** doivent réussir* au moins deux des quatre épreuves.
- Les performances sont récompensées par 1, 2 ou 3 points. Les points sont additionnés et le total détermine l'insigne final du brevet, à savoir bronze, argent ou or :

de 40 à 59 ans

Bronze	=	3 - 7 points
Argent	=	8 - 10 points
Or	=	11 - 12 points

à partir de 60 ans

Bronze	=	2 - 3 points
Argent	=	4 - 5 points
Or	=	6 - 12 points

*(réussir = min. 1 point)

Comment puis-je participer?

Pour participer au brevet sportif national, vous devez d'abord choisir les épreuves auxquelles vous souhaitez prendre part. Vous pouvez consulter le tableau des performances (voir page 2) correspondant à votre catégorie d'âge. Ce tableau indique les différentes classes d'âge (en première ligne), les épreuves prévues (en première colonne), et les performances minimales requises, adaptées au sexe et à l'âge du participant.

Chaque année, les épreuves sont organisées par le ministère des Sports. Votre présence n'est requise qu'aux dates correspondant aux épreuves choisies.

Dates et horaires :

- **14/04/2026 à 18h**
Walking (10km) – Hamm
- **21/04/2026 à 18h**
Natation (800m) – Kirchberg (Coque Piscine Olympique)
- **29/04/2026 à 18h**
Vélo (20km) – Colmar-Berg (Circuit Goodyear)
- **05/05/2026 à 18h**
Natation (800m) – Kirchberg (Coque Piscine Olympique)
- **12/05/2026 à 18h**
Courses (3000m et 5000m) – Luxembourg-Cents (INS)
- **19/05/2026 à 18h**
Courses (3000m et 5000m) – Luxembourg-Cents (INS)

Inscrivez-vous **jusqu'au 13/04/2026** en remplissant le formulaire sur www.sports.lu ou via le code QR ci-dessous:



BREVET SPORTIF NATIONAL

Tableau des performances

Femmes

	nées entre 1982 et 1986			1977 et 1981			1972 et 1976			1967 et 1971			1966 et avant		
	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3pts
Course 3000m (en min.)	18:00	17:00	16:00	19:00	18:00	17:00	20:00	19:00	18:00	23:00	22:00	21:00	30:00	29:00	28:00
Walking 10km (en h.)	1h35	1h30	1h25	1h40	1h35	1h30	1h45	1h40	1h35	1h50	1h45	1h40	2h00	1h55	1h50
Natation 800m (en min.)	34:00	32:00	30:00	35:00	33:00	31:00	37:00	35:00	33:00	40:00	38:00	36:00	50:00	47:00	44:00
Vélo 20 km (en min.)	60:00	58:30	54:00	61:00	59:30	55:00	62:00	60:00	56:00	63:00	60:00	57:00	66:00	63:00	60:00

Hommes

	nées entre 1982 et 1986			1977 et 1981			1972 et 1976			1967 et 1971			1966 et avant		
	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3 pts	1 pt	2 pts	3pts
Course 5000m (en min.)	27:00	25:30	24:00	29:00	27:30	26:00	31:00	29:30	28:00	33:00	31:00	30:00	40:00	38:30	37:00
Walking 10km (en h.)	1h25	1h20	1h15	1h30	1h25	1h20	1h35	1h30	1h25	1h40	1h35	1h30	1h50	1h45	1h40
Natation 800m (en min.)	32:00	30:00	28:00	33:00	31:00	29:00	35:00	33:00	31:00	38:00	36:00	34:00	45:00	42:00	39:00
Vélo 20 km (en min.)	54:00	52:30	50:00	57:00	54:30	52:30	60:00	57:00	54:30	63:00	60:00	57:00	66:00	63:00	60:00