PÔLE ESPOIRS FEMININ
BREST / RENNES

DOSSIER DE CANDIDATURE 2026 – 2027

1.PRÉSENTATION DE LA STRUCTURE.

Le Pôle Espoirs Handball féminin de Bretagne est une structure officielle de formation de la jeune joueuse de haut niveau de la Ligue de Bretagne de Handball. C'est une structure labellisée par le Ministère des Sports dans le cadre du Parcours de Performance Fédéral de la Fédération Française de Handball. Elle permet aux jeunes handballeuses de poursuivre leur scolarité, en conciliant une pratique sportive intensive.

L'objectif est double : scolaire et sportif. L'objectif scolaire est que tous les élèves du Pôle Espoirs aient leur Bac.

L'objectif sportif est d'intégrer les équipes de France Cadette -17 ans, Jeune -19 ans, Junior -21 ans (participation aux Championnats d'Europe, aux Championnats du Monde Jeunes et Juniors) et à terme l'équipe de France A senior ainsi que l'accès au secteur professionnel (D1) par le biais des centres de formation des clubs professionnels.

Le Pôle Espoirs Handball Féminin de Bretagne est structuré autour de 2 étapes : l'Accession Nationale et l'Accession Territoriale

L'ACCESSION NATIONALE :

- Concerne les élèves de (2nde) 1ères et de Terminale
- Se situe à Brest en relation avec les Lycées La Pérouse Kerichen et Lesven

L'ACCESSION TERRITORIALE SE STRUCTURE AUTOUR DE 2 SITES :

- Concerne les élèves de 3ème et 2nde
- Rennes en relation avec le collège des Chalais et le Lycée Bréquigny
- Brest en relation avec le Collège Penn Ar C'hleuz et la Cité scolaire de Kerichen

Portes ouvertes lycée La Pérouse Kerichen, Brest : le samedi 7 février 2026 – Accueil Pôle de 9h à 13h.

Portes ouvertes lycée Bréquigny, Rennes : le samedi 7 février 2026 – Accueil Pôle de 9h à 13h.

Portes ouvertes collège Penn Ar C'hleuz : le vendredi 30 janvier 2026 – à partir de 16h30

Portes ouvertes collège Les Chalais : le vendredi 30 janvier 2026 – à partir de 16h.

PHILOSOPHIE DU PÔLE ESPOIRS HANDBALL DE BRETAGNE :

Le Pôle Espoirs Handball Féminin de Bretagne se veut une structure qui forme aussi bien l'individu que la joueuse. Les valeurs que nous prônons sont **le travail, la discipline, la rigueur, le progrès et l'autonomie.**

Vouloir aller vers l'excellence individuelle
Se former pour être « ouverte » et « meilleure »
Développer une envie de progresser
Etre capable de se fixer des objectifs
Atteindre un épanouissement individuel et une confiance en soi
À partir de la pratique du handball de haut niveau

C'est une formation difficile, qui impose un rythme auquel il faut s'habituer. C'est pourquoi, chaque année au Pôle Espoirs est une année probatoire, à l'issue de laquelle le responsable du Pôle Espoirs se laisse la possibilité de conserver ou non une élève si elle ne satisfaisait pas aux objectifs du pôle aussi bien scolaires, sportifs qu'au niveau de l'attitude et du comportement. Tout comportement incohérent avec le projet de haut niveau du Pôle Espoirs peut remettre en cause la présence de la jeune joueuse au sein de la structure.

La condition de base de cette réussite est la VOLONTÉ :

« VOULOIR TRAVAILLER, VOULOIR REUSSIR, VOULOIR PENSER SPORT ET ETUDES ENSEMBLE »

QUELS MOYENS POUR Y PARVENIR :

a) Sur le plan scolaire :

- Un emploi du temps aménagé
- Un suivi scolaire des jeunes athlètes du Pôle Espoirs
- La mise en place de cours de soutien

b) Sur le plan sportif :

- Un à deux entraînements quotidiens (environ 12h / semaine)
- Des entraînements communs avec les partenaires locaux (Centre de Formation du Brest Bretagne Handball, CLE de Bréquigny…)
- La participation aux opérations fédérales

c) Sur le plan médical :

- Un examen médico-sportif approfondi = suivi médical réglementaire des structures d'accès au haut niveau
- Un suivi médical (présence du kiné du Pôle Espoirs, présence du médecin 2 fois / semaine)
- Deux entretiens psychologiques obligatoires
- Un suivi diététique

d) Sur le plan hébergement et transport :

- Un internat dédié aux sportifs
- Accompagnement pour les déplacements : Les déplacements sur site entre les lieux d'hébergement, les lieux de cours et les lieux d'entrainements sont pris en charge par la Ligue de Bretagne de Handball.

2.CRITÈRES DE SÉLECTION.

L'admission s'effectuera en classe de troisième et de seconde (jeunes filles nées en 2011 et 2012).

Nous prenons en compte 3 points pour recruter un élève au Pôle Espoirs. L'ensemble de ces 3 points doit nous donner une image plus précise de la capacité de la jeune joueuse à intégrer le Pôle Espoirs et à suivre le rythme difficile qu'il impose.

L'ASPECT SCOLAIRE :

C'est la priorité ! Les élèves doivent être aptes à suivre une scolarité avec 12 heures d'entraînement handball par semaine. Le chef d'établissement validera les candidatures. Une attention particulière est portée aux observations concernant le comportement et l'investissement de l'élève.

Documents à joindre obligatoirement à votre candidature :
Une photo d'identité et tous les bulletins de l'année scolaire 2024/2025 et 2025/2026.

L'ASPECT SPORTIF :

La sélection a pour objectif de recruter des profils pour la haute performance (D1, D2 et équipes de France). Nous recrutons les joueuses qui s'expriment le mieux au handball dans leurs catégories d'âge et celles qui présentent les caractéristiques potentielles d'une joueuse de haut niveau (physiques, morphologiques, mentales, latérales) quel que soit l'ancienneté et le niveau de pratique.

Ce profil est une combinaison de 4 facteurs :

- Les qualités techniques : capacité à déborder, à marquer des buts, à faire des passes utilisables...
- Les qualités psychologiques : envie de progresser, combativité, compétitrice...
- Les qualités physiques : vitesse, force, explosivité, endurance.
- Le facteur morphologique : taille, latéralité.

L'ASPECT MEDICAL :

Une visite Médicale au CMS de Brest sera programmée à l'issue du stage de Détection pour les candidates qui auront été retenues. Des résultats médicaux contre-indiquant la pratique du sport de haut niveau entraîneraient automatiquement le rejet de la candidature

3.CANDIDATURES ET INSCRIPTIONS.

INSCRIPTION SUR DOSSIER

Un formulaire d'inscription en ligne « HelloAsso Ligue de Bretagne de Handball » est disponible sur le site internet de la Ligue de Bretagne de Handball.

https://www.helloasso.com/associations/ligue-de-bretagne-de-handball/evenements/candidature-pole-espoirs-feminin-de-bretagne-sites-brest-et-rennes-2026-2027

Après l'ouverture de ce lien vous devez…

- Remplir un questionnaire d'informations
- Vous acquitter de la somme de 20€ correspondant au frais d'inscription au Concours d'entrée au Pôle Espoirs Féminin de Handball
- Joindre les pièces complémentaires ci-dessous :
  - Tous les bulletins des années scolaires 2024/2025 et 2025/2026.
  - Une photo d'identité
  - Une « lettre de motivation » sous format vidéo ou format écrit. Elle devra répondre aux éléments suivants : Une présentation de vous et de votre parcours ; Qu'est-ce que pour vous le Pôle Espoirs ?; Pourquoi vous souhaitez intégrer le Pôle Espoirs ?; Quel est votre projet sportif et professionnel (si vous en avez un) ?

Clôture des inscriptions le **Vendredi 6 mars 2026.** Tout dossier incomplet ne sera pas pris en compte.

DES TESTS DE SELECTION

Les Tests de Sélection s'effectueront en deux étapes :

- **Etape 1 - Une journée de présélection : le dimanche 22 Mars 2026.** Cette journée regroupera toutes les candidates inscrites au concours d'entrée au Pôle Espoirs. A l'issue de cette journée une vingtaine de candidates seront retenues pour passer à la seconde étape de sélection.

- **Etape 2 - Un stage de Détection :** si vous êtes sélectionnée à l'issue de la journée de présélection du 22 mars, vous recevrez une convocation pour passer les tests de sélection finale qui se dérouleront : **du mercredi 15 avril à 16h au vendredi 17 avril 2026 à 16h à La base de plein air de Guerlédan – Mur de Bretagne.**

Les tests :

- **Endurance : 30/15 Intermittent Test**
- **Vitesse : 10m et 20m**
- **Force : Lancer Medecine Ball**
- **Exercices techniques**
- **Jeu réduit et jeu tout terrain**
- **Coordination : T-Test**
- **Entretien individuel**

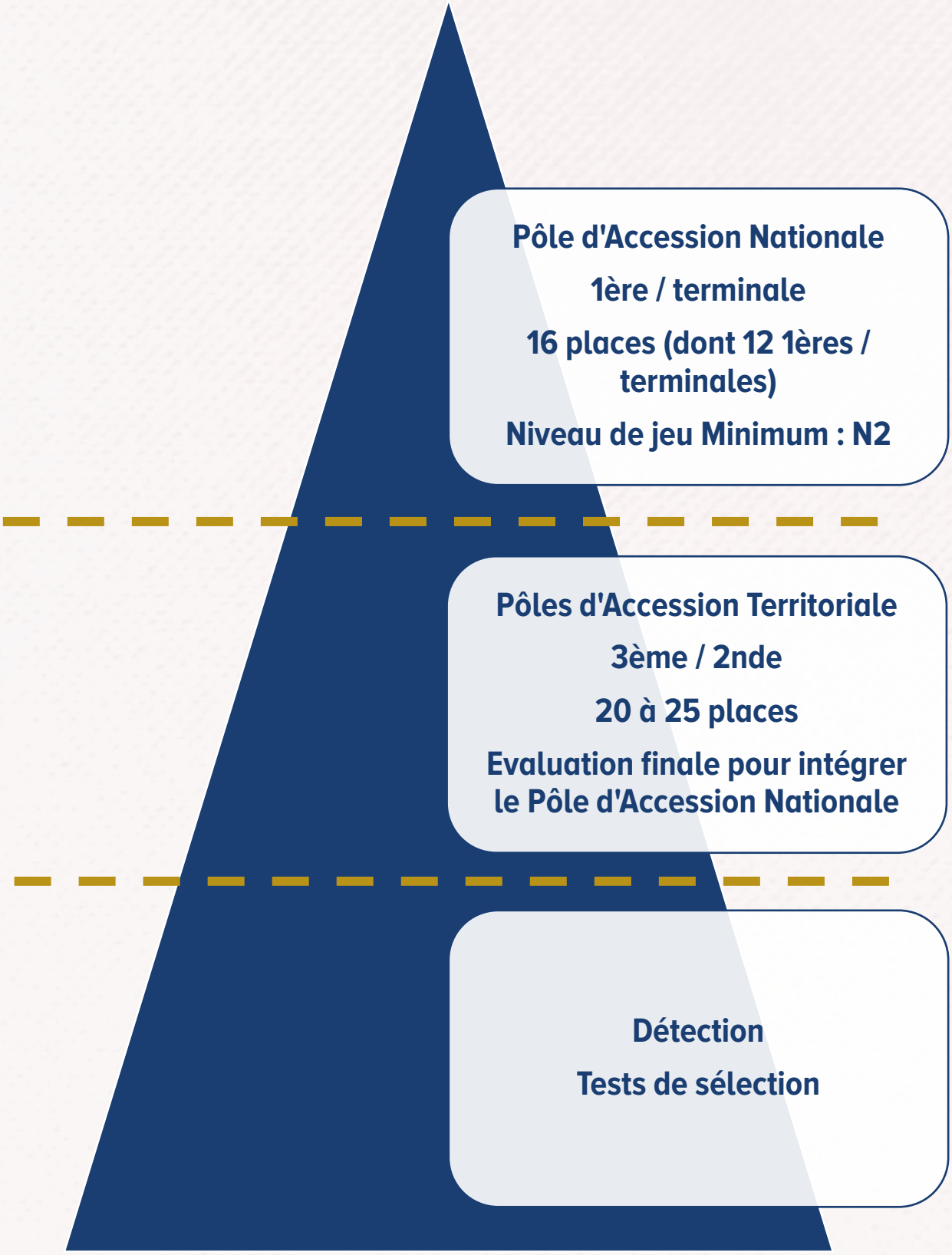
Une première liste de joueuses sera établie à la suite de ce stage. Les candidates présélectionnées seront ensuite convoquées au Centre de Médecine du Sport de Brest pour une visite médicale complète. Cette dernière étape validera ou pas l'admission de la joueuse au Pôle Espoirs.

ORIENTATION SCOLAIRE

Par rapport aux vœux prévisionnels de 3ème, de même que pour les vœux définitifs de fin d'année scolaire, vous devez faire figurer les informations suivantes :

Entrée en seconde	Entrée en 3ème
• **Vœu 1 : Campus Kerichen - Pôle Espoirs Handball ou Lycée Bréquigny Pôle Espoirs Handball** • **Vœu 2 : Votre lycée de secteur** si l'admission au Pôle est rejetée	• **Vœu 1 : Collège Penn Ar C'hleuz - Pôle Espoirs Handball ou Collège Les Chalais Pôle Espoirs Handball** • **Vœu 2 : Votre collège de secteur** si l'admission au Pôle est rejetée

4.PARCOURS D’UNE JOUEUSE AU



5.CONTACTS.

Pour toutes demandes d'informations, n'hésitez pas à joindre le responsable du Pôle Espoirs Féminin de Brest ou le Lycée La Pérouse Kerichen :

M. Mikaël Danigo
Conseiller Technique Fédéral
Tél.: 06.30.48.26.34
Email : 5300000.MDANIGO@ffhandball.net

Lycée La Pérouse Kerichen
Prince de Joinville - 29225 Brest
Téléphone : 02 98 43 82 00
Site internet : www.lycee-kerichen.org

Lycée Jules Lesven
34 rue Jules Lesven – 29200 Brest
Téléphone : 02 98 43 56 00
Site internet : www.lycee-jules-lesven.org

Lycée Bréquigny
7, avenue Georges Graff – 35200 Rennes
Téléphone : 02 99 86 82 00
Site internet : www.lycee-brequigny.fr

Collège Penn Ar C'hleuz
71 rue de Kermaria - 29200 Brest
Téléphone : 02 98 03 24 40
Site internet : www.college-pennarchleuz-brest.ac-rennes.fr

Collège Les Chalais
25, avenue du Canada – 35200 Rennes
Téléphone : 02 99 50 68 48
Site internet : www.collegeleschalais.fr