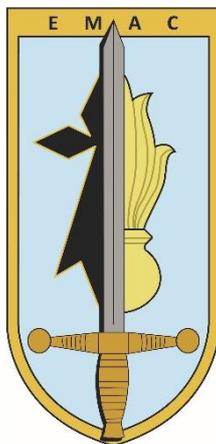


STAGE DE FORMATION INITIALE D'OFFICIER DE RESERVE FILIERE ETAT-MAJOR

Ecole militaire des aspirants de Coëtquidan
13^e compagnie commandée par le chef d'escadron FAUGERE



DOSSIER D'ACCUEIL STAGE FIOR EM JUN 2025

- I. Modalités pratiques.
- II. Fiche individuelle de renseignements à retourner **FORMAT WORD** à l'EMAC de Coëtquidan **avant le jeudi 12 juin 2025 terme de rigueur** par mail **aux adresses suivantes** :
 - gabriel.ormieres@intradef.gouv.fr
 - amsc-ematic-13cie.contact.fct@intradef.gouv.fr
- III. Demandes d'accès.
- IV. Fiche de renseignement ENARO.
- V. Itinéraire d'arrivée en véhicule personnel.
- VI. Plan de l'Académie militaire de Saint-Cyr Coëtquidan (AMSCC).
- VII. Remplir le questionnaire en ligne **avant le jeudi 12 juin 2025 terme de rigueur** :

https://www.sphinxonline.com/surveyserver/s/sdfe_eval/INCORPO_EMAC_FIOR_EM_JUIN_25/questionnaire.htm

I. MODALITES PRATIQUES

1 – DOCUMENTS ADMINISTRATIFS A DETENIR A VOTRE ARRIVEE :

- La fiche de renseignements jointe (seulement si l'envoi électronique était impossible) ;
- La fiche de renseignement ENARO jointe (à remplir avec votre organisme) ;
- Tous vos permis civils et militaires, ainsi que vos papiers civils (CNI, carte vitale) ;
- Un chéquier et de l'argent liquide.

2 – HEBERGEMENT ET ALIMENTATION

- Le logement est assuré en chambres collectives dans les bâtiments de la 13^e compagnie de l'EMAC (bâtiment 181 et 182). Le couchage est perçu à l'arrivée des stagiaires. Le nettoyage quotidien est à la charge des stagiaires ;
- L'alimentation est assurée par les cercles De Lattre et Wagram : paiement assuré au moyen d'une carte magnétique distribuée le jour de votre arrivée ou d'un émargement quotidien ;
- **Attention : le repas du midi de l'arrivée ne sera pas assuré par l'Académie ;**
- Une laverie payante sur site vous permettra de laver vos effets.

3 – ARRIVEE A COETQUIDAN

Arrivée impérative le **lundi 23 juin 2025 avant 12h30** :

- En véhicule personnel (solution à préférer) : vous serez accueillis au bâtiment 181 **de 11h00 et 12h30** ;
- En train : un car partira à **11h30** de la **gare routière** de Rennes (à côté de la gare SNCF – sortie Nord) pour vous conduire jusqu'à l'académie militaire. Il vous faudra imprimer le laisser passer joint pour monter dans le bus.

Pour profiter de la navette, la fiche de renseignement doit nous parvenir avant le 12 juin 2025.

**En cas de retard inopiné ou de problème particulier, contactez
le service de semaine au 02 97 70 78 85
Ou le capitaine ORMIERES au 06 33 67 29 93, personne en
charge de l'accueil**

4 – EFFETS PERSONNELS NECESSAIRES

L'intégralité de votre paquetage sera à apporter dans l'optique de suivre un stage de 2 semaines au quartier et sur le terrain (il est bien indiqué dans la note de désignation que votre organisme de rattachement doit vous fournir un paquetage complet).

- **Tenue :**
 - Tenue au quartier : **treillis réglementaire (TNG)**, patchs des unités d'appartenance, béret ;
 - **2 paires de chaussures réglementaires** (Haix ou Meindl sable : l'une pour le quartier et la cérémonie, et l'autre pour les parcours d'obstacle et le terrain).
- **Sport :**
 - Treillis de piste (F2, TNG, etc.) ;
 - Chaussures de sport adaptées à la course à pied ;
 - Tenues de sport longues et courtes **réglementaires** (dont t-shirt), chaussettes **blanches** ;
 - Un maillot de bain de couleur sobre (une pièce pour le personnel féminin) ;
 - Un bonnet de bain et des lunettes de natation.
- **Scolaire :**
 - Ordinateur portable + clé usb vierge (facultatif mais fortement conseillé) ;
 - Matériel scolaire (cahier, carnet format A5, stylo noir, quatre couleurs, etc.) ;
 - 3 petits cadenas (armoires de chambre).

- **Terrain (dont activités de nuit) :**
 - Musette et sac F3 (ou équivalents perçus) ;
 - Petzl avec piles ;
 - Effets de pluie (veste goretex, etc.) ;
 - Effets chauds (Ullfrotté, etc.) ;
 - Gourde, gamelle, quart, couverts de campagne ;
 - Duvet, sur-sac goretex ;
 - Matériel bivouac (bâche, tendeurs, sardines) ;
 - Porte vue en format A5, feutres permanents, dissolvant pour effacer.

- **Tir :**
 - Effets ISTC : lunettes balistiques réglementaires, genouillères, coudières, bouchons anti-bruit, gants combat, CATI (si déjà en possession).

5 – PREPARATION PHYSIQUE

Le rythme d'une formation d'élève-officier **est physiquement et sportivement exigeant**. Afin de vous adapter au plus vite à la densité de votre stage et aux efforts qui vous seront demandés, il vous est vivement conseillé de vous préparer avec **progressivité et régularité** (course à pied, renforcement musculaire, natation).

L'absence d'une préparation physique rigoureuse accroît considérablement le risque de blessures (fractures, entorses, etc..) au cours de la formation.

Vous pouvez vous appuyer sur les tutoriels gratuits YouTube «#LesTutosDupont » réalisés par des moniteurs de sport militaires. Vous trouverez également ici deux programmes, un à destination des débutants et un de niveau intermédiaire pour vous préparer :

PROGRAMME DEBUTANT

SEMAINE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	5x(2min. de marche, 3 min de course)	repos	repos	repos	repos	5x(2min. de marche, 4 min de course)	repos
	3 x (1 tractions inversées, 15 secondes gainage, 3 pompes, 5 squats)		3 x (1 tractions inversées, 20 sec gainage, 3 pompes, 5 squats)		3 x (2 tractions inversées, 25 sec gainage, 3 pompes, 5 squats)		
2	4x(2min. de marche, 5min de course)	repos	repos	repos	repos	4x(1min. de marche, 5 min de course)	repos
	3 x (2 tractions inversées, 30 sec gainage, 4 pompes, 10 squats)		3 x (2 traction inversées , 30 sec gainage, 4 pompes, 10 squats)		3 x (3 traction inversées, 30 sec gainage, 5 pompes, 10 squats)		
3	4x(2min. de marche, 5min de course)	repos	repos	repos	4x(1min. de marche, 5 min de course)	repos	repos
	3 x (2 tractions inversées, 30 sec gainage, 4 pompes, 10 squats)		3 x (2 traction inversées , 30 sec gainage, 4 pompes, 10 squats)		Test Luc léger , tractions , squats (max 10' récup entre chaque épreuve)		
4	3x(2min. de marche, 10 min de course)	repos	repos	repos	repos	2x(2min. de marche, 10 min de course)	repos
	3 x (4 traction inversées , 40 sec gainage, 6 pompes, 20 squats)		3 x (4 traction inversées, 40 sec gainage, 7 pompes, 20 squats)		3 x (5 traction inversées , 40 sec gainage, 7 pompes, 20 squats)		
5	1' marche - 10' course - 1' marche + 12' course	repos	repos	repos	1' marche- 5' course - 1' marche - 10' course 1' marche- 10' course	repos	repos
	3 x (1 traction complètes, 45 sec gainage, 8 pompes, 25 squats)		3 x (2 tractions, 45 sec gainage, 8 pompes, 25 squats)		3x (3 tractions, 1' gainage, 9 pompes, 25 squats)	pyramide exercice de la semaine	
6	1' marche- 5' course - 1' marche - 15' course 1' marche- 8' course	repos	repos	repos	1' marche- 5' course - 1' marche - 20' course 1' marche- 8' course	repos	repos
	3 x (3 traction, 1' gainage , 9 pompes, 30 squats)		3 x (3 traction, 1' gainage, 10 pompes, 30 squats)		3 x (4 traction, 1'10" gainage , 10 pompes, 30 squats)	pyramide exercice de la semaine	
7	courir 25 min dont 10 accélérations de 15 sec récup 15 secondes	repos	repos	repos	courir 30 min cool	repos	repos
	3 x (4 traction, 1'30" gainage, 11 pompes, 35 squats)		3 x (5 traction, 1'30" gainage, 11 pompes, 35 squats)		Test Luc léger , tractions , squats (max 10' récup entre chaque épreuve)		
8	repos	repos	courir 25 min dont 2x 8 accélérations de 15 sec récup 15 secondes avec 2' de récup entre les 2x8	repos	courir 20 min.	prépa valise	train
	3 x (6 traction, 2' gainage, 12 pompes, 40 squats)		repos		2 X(5 traction, 1'30" gainage, 10 pompe, 30 squats)		
9	évaluation sport						

PROGRAMME INTERMEDIAIRE

SEMAINE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	courir 30 min.	repos	20' endurance + 1 x (8x30"/30") + 10' recup	repos	repos	repos	courir 45min ou 1h30 de vélo
	3 x (1 traction, 30 sec gainage, 5 pompes, 8 squats)		3 x (1 traction, 40 sec gainage, 5 pompes, 8 squats)				3 x (2 traction, 45 sec gainage, 5 pompes, 8 squats)
2	courir 40 min.	repos	20' endurance + 1 x (10x30"/30") + 10' recup	repos	repos	repos	natation
	3 x (2 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)		3 x (3 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)				3 x (3 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)
3	courir 35 min.	repos	20' endurance + 2 x (8x30"/30") + 10' recup; 2' de recup entre série	repos	repos	repos	courir 45min ou 1h30 de vélo
	3 x (3 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)		3 x (3 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)				3 x (3 tractions, 50 sec gainage , 7 pompes, 12 squats)
4	courir 45 min.	repos	repos	repos	repos	repos	natation
	3 x (4 tractions, 1min gainage , 10 pompes, 15 squats)		entraînement évaluation Luc léger tractions et squats				3 x (5 tractions, 1min gainage , 10 pompes, 15 squats)
5	courir 45 min.	repos	20' endurance + 2 x (8x45"/30") + 10' recup; 2'00" de recup entre série	repos	repos	repos	courir 1h ou 2h de vélo
	5 x (4 tractions, 15 bicycle crunch , 5 pompes, 10 squats)		3 x (6 tractions, 1'15 gainage , 12 pompes, 20 squats)				3 x (6 tractions, 1'15 gainage , 12 pompes, 20 squats)
6	courir 45 min.	repos	20' endurance + 2 x (10x45"/30") + 10' recup; 2'30" de recup entre série	repos	repos	repos	natation
	7 x (4 tractions, 20 bicycle crunch , 7 pompes, 12 squats)		3 x (7 tractions, 1'30 gainage , 15 pompes, 25 squats)				3 x (8 tractions, 1'45 gainage , 15 pompes, 30 squats)
7	courir 45 min.	repos	20' endurance + 2 x (6x1'/45") + 10' recup; 2'30" de recup entre série	repos	repos	repos	courir 1h ou 2h de vtt
	10 x (3 traction, 20 bicycle crunch , 7 pompes, 12 squats)		3 x (10 traction, 1'15 gainage, 10 pompes, 35 squats)				3 x (11 traction, 1'15 gainage, 11 pompes, 40 squats)
8	courir 45 min.	repos	repos	repos	repos	repos	train
	11 x (4 traction, 30 bicycle crunch, 7pompes, 15 squats)		entraînement évaluation tractions et squats				
9	évaluation sport						

6 – PREPARATION INTELLECTUELLE

La véritable école du commandement est celle de la culture générale. Par elle la pensée est mise à même de s'exercer avec ordre, de discerner dans les choses l'essentiel de l'accessoire, (...) de s'élever à ce degré où les ensembles apparaissent sans préjugés des nuances. Pas un illustre capitaine qui n'eut le goût et le sentiment du patrimoine et de l'esprit humain. Au fond des victoires d'Alexandre, on retrouve toujours Aristote. »

Charles de Gaulle, Le Fil de l'Épée, 1932

C'est en cela que la culture militaire constitue un des fondements de la compétence de l'officier et lui permet d'optimiser ses actions et sa crédibilité dans un environnement militaire, civil et administratif complexe.

Il convient par conséquent au futur officier de réaliser un plan de lecture en vue de développer sa culture militaire avant, pendant et après son passage à l'AMSCC. Vous pourrez ainsi puiser dans la bibliographie ci-dessous. En rouge, le minimum vital pour un officier.

- **Art de la guerre**

Les 36 stratagèmes, traité secret de la stratégie chinoise, François KIRCHER

Les guerres modernes racontées aux civils et aux militaires, Pierre SERVENT

L'art de la guerre, SUN-TSU De la conduite de la guerre, Ferdinand FOCH

De la conduite de la guerre, Ferdinand FOCH

Pour le succès des armes de la France, Frédéric JORDAN

Les sept péchés capitaux du chef militaire, Gilles HABEREY & Hugues PEROT

- **Droit**

L'essentiel du droit des conflits armés, Michel DEYRA

Responsabilité des militaires. Réflexions sur la judiciarisation des théâtres d'opérations, Ronan DOARE & Philippe FRIN

- **Géopolitique**

Le dessous des cartes - le monde mis à nu, Emilie AUBRY & Frank TETART

Relations internationales, Max GOUNELLE

Le prophète et la pandémie : du Moyen-Orient au djihadisme d'atmosphère, Gilles KEPEL

Mémento Dalloz - Relations internationales, Marie-Pierre LANFRANCHI

- **Histoire militaire**

De l'autre côté de l'eau : Indochine, 1950-1952, Dominique de la MOTTE

Le complexe de l'autruche, pour en finir avec les défaites françaises, Pierre SERVENT

Barbarossa, 1941, la guerre absolue, J. LOPEZ & L. OTKHMEZURI

- **Sociologie**

La société militaire de 1815 à nos jours, Raoul GIRARDET

Enchaînés: Le traumatisme de guerre au XXIe siècle, Nicolas MINGASSON

- **Stratégie**

Introduction à la stratégie, André BEAUFRE (200 pages)

Comprendre la guerre, Vincent DESPORTES

Principes fondamentaux de stratégie militaire, Carl Von CLAUSEWITZ

Les 36 stratagèmes, traité secret de la stratégie chinoise, François KIRCHER

- **Romans**

A l'Ouest, rien de nouveau, Erich Maria REMARQUE

- **Récits & témoignages**

Corps et âme : un médecin des forces spéciales témoigne, Nicolas ZELLER

Qu'est-ce qu'un chef ? Pierre de VILLIERS

Carnets d'Ivoire, en opérations au paroxysme de la crise ivoirienne, François-Régis JAMINET

Offensive éclair au Mali, Bernard BARRERA
Alger – Été 1957. Une victoire sur le terrorisme, Maurice SCHMITT

- **Biographies**

Gamelin, la tragédie de l'ambition, Max SCHIAVON
Les grands capitaines : d'Alexandre le Grand à Giap, Arnaud BLIN

- **Leadership & Commandement**

Le rôle social de l'officier, Louis-Hubert LYAUTEY

Le fil de l'épée, Charles de GAULLE
Le gâchis des généraux : les erreurs de commandement pendant la guerre de 14-18, Pierre MIQUEL
Mercredi noir : Mobayan, 7 septembre 2011, Afghanistan, Vincent LAZERGES
Commandement et fraternité : l'exercice de l'autorité dans l'armée de terre, Préface du général d'armée Jean-Pierre BOSSER (Livre Bleu)
Choisir un chef : les secrets du leadership à travers l'histoire, Jean-Pierre RAFFARIN
Toi, ce futur officier, Eric BONNEMAISON

- **Politique & militaire**

Le livre blanc de la défense et de la sécurité nationale
La revue nationale stratégique de 2022.

- **Patrimoine & traditions**

Au-delà des armes : le sens des traditions militaires, Line SOURBIER-PINTER

- **Tactique générale**

Contre-insurrection, David GALULA
L'art de conduire une bataille, Gilles HABEREY & Hugues PEROT
Principes de contre insurrection, Hervé de COURREGES, Emmanuel GERMAIN & Nicolas LE NEN
Artilleurs en Algérie 1954-1962, Un défi relevé, Julien DEROUETTEAU
Le mythe de la guerre éclair, Karl-Heinz FRIESER
Anatomie de la bataille, John KEEGAN
Qui ruse gagne, Patrick MANIFICAT

- **Ethique**

La chair et l'acier, Michel GOYA
Pour une éthique du métier des armes, Jean-René BACHELET
L'éthique du soldat français, Benoît ROYAL
Sous le feu : La mort comme hypothèse de travail, Michel GOYA
Trois siècles d'obéissance militaire, Alphonse JUIN

7 – QUELQUES REMARQUES SUPPLEMENTAIRES/REPONSES AUX QUESTIONS FREQUENTES :

- Il n'y a plus de cérémonie de fin de FIOR EM, celle-ci a lieu à la fin du SITEM (seconde partie de votre formation qui a lieu généralement à Saumur) ;
- Si vous êtes déposés par un proche ou venez en covoiturage, merci de l'indiquer sur la fiche de renseignement comme susmentionné (page 2) ;
- Une navette retour est prévue le vendredi 4 juillet à 14h00 à Coëtquidan jusqu'à la gare de Rennes ;
- Le matériel de combat (casque lourd et gilet de combat) sera fourni mais nous conseillons d'amener votre matériel pour vous familiariser avec ce dernier.
- L'AMSCC ne sera pas en mesure de vous fournir de paquetage : vous devez faire les démarches auprès de votre organisme de rattachement.

II. FICHE INDIVIDUELLE DE RENSEIGNEMENTS

ACADEMIE MILITAIRE DE SAINT-CYR COETQUIDAN - EMAC - 13^e COMPAGNIE

NOM : _____ PRENOMS : _____

SEXE : _____

Adresse personnelle : _____

Adresse mail : _____

Personne à prévenir en cas d'accident : _____

Adresse : _____

Tél. portable : _____

Tél. portable : _____

PHOTO

ADMINISTRATIF :					
N° INSEE :	N°de mutuelle :	Date naissance :			
NID :	N° Concerto :	Lieu naissance :			
Permis civil : A B D E (b) E (c) E (d)					
Voiture sur le camp : OUI NON					
Si oui, précisez : Marque		Type	Immatriculation		
SITUATION FAMILIALE :					
Situation personnelle : MARIE CELIBATAIRE CONCUBINAGE AUTRE :					
Epouse(x) : Nom :					
Prénom :					
Profession :					
Nombre d'enfant(s) à charge :					
Prénom					
Né (e) le					
Parents : MARIE DIVORCES SEPARES AUTRE :					
Profession des parents (si décédés précisez) : Père : Mère :					
Famille ou connaissance militaire (précisez NOM, Grade, Affectation, active ou réserve) :					
Problèmes familiaux à signaler					
PERSONNEL :					
BAC (Série) : + années			Qualifications particulières (niveau) :		
Diplômes obtenus :					
Sports pratiqués (niveau)			Langues :		
SANTE :					
SIGYCOP :		Régime alimentaire :			
Problèmes physiques particuliers :					
Allergies/Antécédents médicaux :					
CURSUS MILITAIRE :					
Service actif : - Début / / - Fin / /			Brevets :		
Parcours succinct :			Unité d'appartenance :		
			Fonction actuelle :		
REMARQUES DIVERSES :			<u>Arrivée à Coëtquidan:</u>		
			En véhicule personnel : <input type="checkbox"/>		
			<u>Horaire d'arrivée :</u>		
			En train : <input type="checkbox"/>		
			<u>Horaire d'arrivée à Rennes :</u>		
			<u>Déplacement vers Coëtquidan :</u>		
			<u>Navette de 11h30</u> <input type="checkbox"/>		
			<u>Autre moyen</u> <input type="checkbox"/>		

III. DEMANDES D'ACCES

BIODATAS					
Grade / civilité	Nom	Prénom	Dept. de naissance	Lieu de naissance	Date de naissance
INFOS COMPLEMENTAIRES					
Adresse @		Adresse personnelle		N° de téléphone portable	
VEHICULE					
Marque			Immatriculation		

Navette AMSCC/DFE/EMAC/13

Stage

FIOR EM

23 juin 2025

LAISSEZ-PASSER

(Document à imprimer pour accéder au bus pour l'académie militaire)

IV. FICHE DE RENSEIGNEMENT ENARO

Etat nominatif des activités dans la réserve opérationnelle :

Formation d'emploi	
Organisme de gestion	
Organisme d'administration ou GSBdD de rattachement	

Code gest	
Code adm	
Code CREDO (ou unité)	
Code autorité	code DAF

Mois de :	
Semaine n°	

Identité			
Grade	Nom	Prénom	Identifiant (NID, SAP, NNI)

Convocation			Décompte jours			
du	au	Code activité (1)	NPJA	NB J avant activité	NB J soldés	NB J restants

Indemnités								
ISC (2)	ISA	ENS	JDC	Embarquement				Autres
				EMBQ	MAJ	PCH	ISAPB	

V. ITINERAIRE D'ARRIVEE EN VEHICULE PERSONNEL

En venant de Rennes :

1. A Rennes, prenez la voie rapide (RN 24) direction « Vannes /Lorient »,
2. parcourez environ 45 km sur la RN 24,
3. prenez la sortie « Guer / Académie militaire de Saint-Cyr Coëtquidan »,
4. prenez à droite, direction « Bellevue/ Académie militaire de Saint-Cyr Coëtquidan »,
5. au 1^{er} rond-point, continuez tout droit,
6. au sommet de la côte, tournez à gauche,
7. un rond point se présente tout de suite : continuez tout droit,
8. vous arrivez devant la barrière des Ecoles : franchissez-la, puis gardez-vous au parking à droite afin de présenter votre autorisation d'accès provisoire au chef de poste,
9. reprenez votre véhicule, continuez tout droit et prenez **à droite à la fourche** en haut de la côte,
10. le bâtiment 181 de la 13^e compagnie se trouve à gauche, environ 500 mètres après la fourche,
11. l'aire de stationnement se trouve juste derrière le bâtiment vie.

En venant de Guer :

1. A Guer, prenez la direction « Bellevue / Paimpont / Coëtquidan »,
2. à Bellevue, au 1^{er} rond-point, continuez tout droit,
3. au sommet de la côte, tournez à gauche,
4. un rond point se présente tout de suite : continuez tout droit,
5. vous arrivez devant la barrière de l'Académie militaire de Saint-Cyr Coëtquidan : franchissez-la, puis gardez-vous au parking à droite afin de présenter votre autorisation d'accès provisoire au chef de poste,
6. reprenez votre véhicule, continuez tout droit et prenez **à droite à la fourche** en haut de la côte,
7. le bâtiment 181 de la 13^e compagnie se trouve à gauche, en bordure de route, environ 500 mètres après la fourche,
8. l'aire de stationnement se trouve juste derrière le bâtiment vie.

VI. PLAN DE L'ACADEMIE MILITAIRE DE SAINT-CYR COETQUIDAN

