

REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



CHAMPIONNAT AVIRON INDOOR BOURGOGNE FRANCHE COMTÉ

Samedi 1^{er} décembre 2018

AVANT PROGRAMME

ORGANISATEUR :

Club Nautique Creusotin.

CONTACTS :

Eric JANNOT: jannot.eric@wanadoo.fr ; 06 62 18 44 94

Alexandre MEULIN : alexandre.meulin@yahoo.fr ; 06 86 53 14 32

LIEU DE LA MANIFESTATION :

HALLE DES SPORTS, Avenue Jean Monnet, 71200 LE CREUSOT (plans en annexe).

DESCRIPTIF :

Championnat régional d'aviron INDOOR, à destination des rameurs J12 à Senior (y compris rameurs vétérans, loisirs, etc).

MATIN :

- Épreuves sur 2000m comptant pour les évaluations fédérales :
 - J15 et J16 > facteur de résistance maxi : H : 120, F: 110.
 - J17, J18 et Seniors, hommes et femmes > facteur de résistance libre.
 - Avant son échauffement, chaque athlète devra passer à l'espace « biométrie » afin de recueillir les informations demandées dans l'évaluation fédérale.
- Épreuves d'évaluation des rameurs de la catégorie J14 (J12, J13 et J14) :
 - 1000m, cadence bloquée à 24 coups/minute, sans départ ni enlevage.
 - Ces évaluations se dérouleront dans une salle attenante à la salle du championnat indoor, sous la responsabilité des cadres des clubs et de l'ETR, chargés de relever les résultats.

APRÈS MIDI : relais à 4 rameurs sur 2000m :

Rameurs J12 à J14 (étape n°2 du championnat jeune):

- Réaliser un 2000m par équipe de 4 en réalisant chacun 2x250m non consécutifs (1-2-3-4 puis à nouveau 1-2-3-4)

Rameurs J15 à Senior :

- Réaliser un 2000m par équipe de 4 en réalisant chacun 1x500m

COURSES :

- relais 2000m par équipe de 4 rameurs Hommes J14
- relais 2000m par équipe de 4 rameuses Femmes J14
- relais 2000m par équipe MIXTE de 2 Hommes & 2 Femmes J14
- relais 2000m par équipe de 4 rameurs Hommes J16
- relais 2000m par équipe de 4 rameuses Femmes J16
- relais 2000m par équipe MIXTE de 2 Hommes & 2 Femmes J16
- relais 2000m par équipe de 4 rameurs Hommes OPEN (J15 à Senior)
- relais 2000m par équipe de 4 rameuses Femmes OPEN (J15 à Senior)
- relais 2000m par équipe MIXTE OPEN de 2 Hommes & 2 Femmes (J15 à Senior)

PRINCIPE :

- chaque rameur parcourt 500m (250m pour les J14) et passe le relais à son équipier entre 470m et 530m (220m et 280m pour les J14) ; en dehors de ces limites l'équipe est disqualifiée.
- les rameurs de l'équipe qui ne rament pas patientent en arrière d'une ligne située derrière les ergomètres.
- le relais est passé par le rameur en tapant dans la main du rameur suivant.

Nota 1 : des ergomètres seront à disposition pour l'échauffement d'avant course.

Nota 2 : les courses se dérouleront sur grand écran avec système de course vidéo-projeté.

CODE DES COMPÉTITIONS AVIRON INDOOR (FF AVIRON) :

<http://ffaviron.fr/competitions/informations-generales/aviron-indoor>

CATÉGORIES :

La nouvelle réglementation INDOOR diffère de la réglementation rivière : en indoor, la catégorie d'âge du compétiteur est celle de l'âge atteint le jour de la compétition.

- Les J12, J13 et J14 peuvent participer à toutes les compétitions de la catégorie jeune sous réserve de respecter la notion d'âge maximum.
- Les J12 et J13 ne peuvent pas concourir dans les catégories juniors et senior.
- A contrario de la pratique sur l'eau, les rameurs de 14 ans (J14) peuvent participer à toutes les compétitions de la catégorie junior, mais pas à celles de la catégorie senior. Il n'existe pas de certificat de surclassement en indoor (article 6).
- CATÉGORIES DE POIDS :
 - Femme poids léger : 61,5 kg maximum
 - Homme poids léger : 75 kg maximum

Les compétiteurs poids léger sont pesés chaque jour de compétition, au plus tôt deux heures et au plus tard une heure avant la première épreuve à laquelle ils participent. Si cette première épreuve est par la suite reportée dans la même journée, ils ne doivent pas être soumis à une deuxième pesée le même jour.

Un compétiteur engagé en catégorie poids léger et n'étant pas au poids réglementaire sera classé en toute catégorie.

- CATÉGORIES PARA AVIRON :
 - PR1 : Bras-Épaules
 - PR2 : Tronc-Bras
 - PR3 : Jambes-Tronc-Bras

LICENCES :

Chaque rameur devra être en possession d'une licence fédérale 2018/2019 (hors licence D) et de son certificat médical d'aptitude à la pratique de l'aviron de compétition.

ARBITRAGE :

Un contrôle aléatoire des licences et certificats médicaux sera effectué pour chacun des clubs représentés.

SÉCURITÉ :

Un service de secours (Croix Rouge) ainsi que le médecin de ligue seront présents sur toute la durée des épreuves.

ENGAGEMENTS :

Ils doivent être réalisés sur l'intranet fédéral avant le 25 novembre 2018 20h00.

Code course

Indoor

- 1 EPREUVE INDIVIDUELLE
 R4 RELAIS INDOOR À 4

Intranet FFA:

PROGRAMME :

Horaires prévisionnels	Code épreuve	Catégories	Distance de course
9h15	J14	Évaluation J12 à J14 – parcours à cadence imposée	1000 m
9h15	SH1, SHPL, PR	Hommes Seniors, Seniors poids léger, Para aviron	2000 m
9h55	J18H1	Hommes J18	2000 m
10h15	J18F1, SF1, SFPL, PR	Femmes J18, Seniors, Seniors poids léger, Para Aviron	2000 m
11h00	J16H1	Hommes J16	2000 m
11h30	J16F1	Femmes J16	2000 m
14h00	SHR4 Open	Relais Hommes OPEN par équipe de 4	2000 m
14h15	SFR4 Open	Relais Femmes OPEN par équipe de 4	2000 m
14h30	SMR4 Open	Relais Mixte OPEN par équipe de 4 (2H&2F)	2000 m
14h45	J16HR4	Relais Hommes J16 par équipe de 4	2000 m
15h00	J16FR4	Relais Femmes J16 par équipe de 4	2000 m
15h15	J16MR4	Relais Mixte J16 par équipe de 4 (2H&2F)	2000 m
15h30	J14HR4	Relais Hommes J14 par équipe de 4	2000 m
16h00	J14FR4	Relais Femmes J14 par équipe de 4	2000 m
16h30	J14MR4	Relais Mixte J14 par équipe de 4 (2H & 2F)	2000 m

Les horaires définitifs seront communiqués aux clubs après la clôture des inscriptions.

RÉCOMPENSES :

1/ toutes les épreuves individuelles du matin (6 catégories récompensées)

2/ toutes les épreuves relais par équipe de l'après midi (9 équipes de 4 rameurs récompensées)

RÉUNION DES DÉLÉGUÉS :

Elle aura lieu au sur le site de la manifestation, et se déroulera en 2 temps :

- 8h15 pour les épreuves du matin
- 13h30 pour les épreuves de l'après midi.

Eric JANNOT

Président du Club Nautique Creusotin



Philippe TUNCQ

Président de la Ligue
Bourgogne Franche Comté d'aviron



Jean-Paul AGOSTINI
PCRA

Validé

HALLE DES SPORTS, Avenue Jean Monnet, 71200 LE CREUSOT



