

REGION
BOURGOGNE
FRANCHE
COMTE



CHAMPIONNAT AVIRON INDOOR BOURGOGNE FRANCHE COMTÉ

Samedi 30 novembre 2019

AVANT PROGRAMME

ORGANISATEUR :

Club Nautique Creusotin.

CONTACT :

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

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 à partir de 11 ans jusqu'à Senior et Masters.

MATIN :

- Épreuves sur 2000m comptant pour les évaluations fédérales (J15 à Senior H et F) :
 - 15-16 ans > facteur de résistance maxi : H : 120, F : 110.
 - 17-18 ans et Seniors, hommes et femmes > facteur de résistance libre.
 - 15 ans à Senior qui jouent une sélection : Avant leur échauffement, les athlètes doivent passer à l'espace « biométrie » afin de recueillir les informations demandées dans l'évaluation fédérale.
- Épreuves sur 2000m Masters H et F : 30 ans à + de 60 ans.
- Épreuves sur 2000m licenciés IE (licence Indoor Événementielle).
- Épreuves sur 1000m H et F : 11 à 14 ans.

APRÈS MIDI : relais à 4 rameurs sur 2000m :

Rameurs 11 à 14 ans (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 15 ans à Senior et master : 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 / master)
- Relais 2000m par équipe de 4 rameuses Femmes OPEN (J15 à Senior / master)
- Relais 2000m par équipe MIXTE OPEN de 2 Hommes & 2 Femmes (J15 à Senior / master)

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) :

<https://ffaviron.fr/ffa/textes-reglementaires/reglement-interieur-et-annexes>

CATÉGORIES :

La 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 J11, J12, J13 et J14 peuvent participer à toutes les compétitions de la catégorie jeune sous réserve de respecter la notion d'âge maximum.
- Les J11, J12 et J13 ne peuvent pas concourir dans les catégories junior et senior.
- Les J14 peuvent participer à toutes les compétitions de la catégorie junior. Ils ne peuvent pas concourir en catégorie senior.
- CATÉGORIES DE POIDS :
 - Femme poids léger : 61,5 kg maximum (*sélection Équipe de France 60kg maximum*).
 - Homme poids léger : 75 kg maximum (*sélection Équipe de France 74kg 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 ET CERTIFICATS MÉDICAUX :

Chaque participant doit être en possession d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'aviron, de l'aviron indoor, des activités de forme, de force ou de cardio training en compétition datant de moins d'un an :

- À la prise de licence pour les licenciés FFA. Les licenciés peuvent également avoir fourni l'attestation du questionnaire de santé.
- À la date de l'événement dans le cas des non-licenciés.

LICENCIÉS

Le certificat médical doit être saisi sur la licence pour autoriser l'inscription. Sans cela, l'accès au système d'inscription ne sera pas autorisé.

NON-LICENCIÉS

Le certificat médical doit être envoyé par mail avant le 20/11/2019 à « jannot.eric@wanadoo.fr » et une copie remise le jour-J à l'organisateur pour récupérer la fiche de course. Des frais d'inscription de 14 euros seront à régler sur place le jour de l'évènement. Ces frais sont valables pour toute la journée et permettent de participer à une épreuve individuelle et une épreuve en relais. Sans certificat médical et participation financière, la participation ne sera pas autorisée.

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 – DATE BUTOIR 20 NOVEMBRE 2019 20H00:

Licenciés A : engagements à réaliser par les clubs sur l'intranet fédéral.

Non licenciés A : DÉMARCHE INDIVIDUELLE → prise de licence Indoor Événementielle (IE) à 6€ sur « <https://ffaviron.fr/espace-federal/licences-et-titres/prendre-licence-indoor-evenementielle> », puis inscription à l'évènement via « Espace Licencié ».

L'inscription et la participation à une compétition d'aviron indoor est soumise à la délivrance à l'organisateur d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'aviron indoor en compétition qui doit dater de moins d'un an à la date de la compétition.

PROGRAMME PRÉVISIONNEL :

Horaires	Code épreuve	Catégories	Distance de course
9h15	SH, SHPL, SH PR3	Hommes Seniors, Seniors poids léger, Para aviron	2000 m
9h30	30 à 60+ H	Hommes de 30 à + de 60 ans	2000 m
9h45	17-18H	Hommes 17-18 ans	2000 m
10h00	SF, SFPL, SF PR3	Femmes Seniors, Seniors poids léger, Para Aviron	2000 m
10h15	30 à 60+ F	Femmes de 30 à + de 60 ans	2000 m
10h30	17-18F	Femmes 17-18 ans	2000 m
11h00	16H	Hommes 15-16 ans	2000 m
11h30	16F	Femmes 15-16 ans	2000 m
12h00	11-14H	Hommes 11 à 14 ans	1000 m
12h30	11-14F	Femmes 11 à 14 ans	1000 m

14h30	SHR4 Open	Relais Hommes OPEN par équipe de 4	2000 m
14h50	SFR4 Open	Relais Femmes OPEN par équipe de 4	2000 m
15h10	SMR4 Open	Relais Mixte OPEN par équipe de 4 (2H&2F)	2000 m
15h30	16HR4	Relais Hommes 15-16 ans par équipe de 4	2000 m
15h50	16FR4	Relais Femmes 15-16 ans par équipe de 4	2000 m
16h10	16MR4	Relais Mixte 15-16 ans par équipe de 4 (2H&2F)	2000 m
16h30	11-14HR4	Relais Hommes 11-14 ans par équipe de 4	2000 m
16h50	11-14FR4	Relais Femmes 11-14 ans par équipe de 4	2000 m
17h10	11-14MR4	Relais Mixte 11-14 ans par équipe de 4 (2H & 2F)	2000 m

Les horaires définitifs seront communiqués aux clubs après la clôture des inscriptions et visibles sur le site de ligue BFC aviron (<http://www.ligue-bourgogne-aviron.fr>).

RÉCOMPENSES :

Les trois premiers des épreuves individuelles (qui peuvent être regroupées pour certaines d'entre elles) et les vainqueurs des épreuves en relais par équipe. Les récompenses seront remises à l'issue des courses de chaque catégorie.

RÉUNION DES DÉLÉGUÉS :

Elle aura lieu 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.

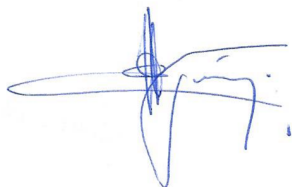
Eric JANNOT
Président du Club Nautique Creusotin



Philippe TUNCQ
Président de la Ligue
Bourgogne Franche Comté d'aviron



Jean-Paul AGOSTINI
PCRA



HALLE DES SPORTS, Avenue Jean Monnet, 71200 LE CREUSOT



CHAMPIONNAT AVIRON INDOOR
BOURGOGNE FRANCHE COMTÉ

CERTIFICAT MÉDICAL

Je soussigné(e), Dr....., Docteur en médecine,

Certifie que l'examen de Mr/Mme.....

Né(e) le...../...../.....

Ne révèle pas de contre-indication à la pratique de l'aviron indoor en compétition.

I undersigned, Dr....., Doctor of medicine,

Certify that the examination of Mr/Mrs.....

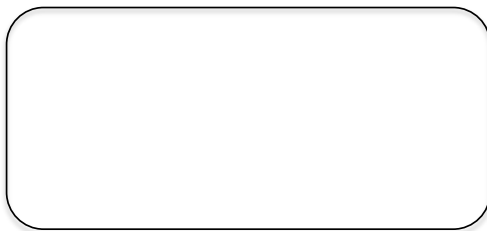
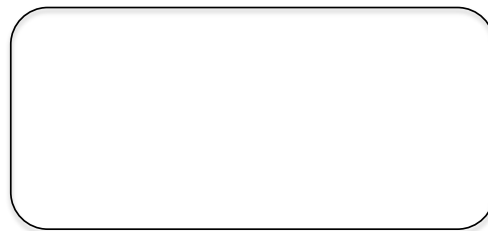
Born/...../.....

Reveals no contraindications to the practice of indoor rowing in competition.

Date :/...../20..... Lieu/place :

Signature du médecin / Doctor's signature

Tampon du Médecin / Stamp

A rounded rectangular box intended for the doctor's signature.A rounded rectangular box intended for the doctor's stamp.