



CENTRE VAL
DE LOIRE

Réglementation sportive 2018-2019

SOMMAIRE

Réglementation générale.....	3
Rappels Réglementaires.....	5
Offre Jeune en Région Centre – Val-de-Loire.....	6
Challenge du Jeune Rameur.....	6
Challenge du Jeune Rameur – Étape 1.....	7
Samedi 20 octobre 2018	Orléans
Animation Automnale.....	9
Dimanche 18 novembre 2018	Tours
Championnat Régional Indoor.....	10
Dimanche 2 décembre 2018	Olivet
Animation Hivernale de Tours.....	11
Dimanche 20 janvier 2019	Tours
Challenge du Jeune Rameur – Étape 2.....	12
Samedi 2 mars 2019	Tours
Championnat Régional FFSU.....	14
Dimanche 17 mars 2019	Bourges
Challenge du Jeune Rameur – Étape 3.....	15
Samedi 27 avril 2019	Bourges
Championnat Régional Jeune et Régate Régional.....	17
Dimanche 5 mai 2019	Bourges
Challenge du Jeune Rameur – Étape 4.....	18
Samedi 25 mai 2019	Montargis

Réglementation Générale

I. Organisation des manifestations régionales

a. Inscription aux régates

Toutes les inscriptions aux Régates régionales se font sur le serveur FFA :

<https://ffsa-goal.multimediabs.com/login>

Puis Onglet évènement -> inscriptions -> Choix de la manifestation -> Choix de l'épreuve -> engagement de l'embarcation avec numéro de licence et nom du délégué -> validation

Il est possible de faire une extraction des inscriptions sous format Excel.

Pour toutes questions sur les inscriptions, vous pouvez contacter par email Alexandre Huss :

alexandre.huss@ffaviron.fr (tél : 06 75 24 90 18).

b. Rédaction de l'avant programme

L'avant programme est rédigé en concertation entre la Ligue, le club organisateur et le Président de la Commission Régionale des Arbitres (PCRA) de la Ligue.

Il est joint à ce document pour l'ensemble des régates ayant lieu cette saison sur la Ligue.

Il est renvoyé un mois avant la manifestation aux clubs de la Ligue mais aussi aux clubs environnants.

Les horaires sont indiqués à titre indicatif et peuvent être modifiés en fonction du nombre d'engagés.

Les courses ouvertes peuvent être modifiées en fonction du nombre d'engagés en regroupant des catégories courant sur une même distance.

c. Rédaction du programme

Le programme est rédigé à l'issue de la réception des engagements.

Le CTS est en charge de la rédaction de ce programme.

Le programme est envoyé à l'ensemble des clubs inscrits pour le jeudi précédant la régata.

d. Affichage des résultats et communication

Les résultats sont affichés à l'issue de chaque course et sont envoyés aux clubs à la fin de la régata.

e. Ligue et Club organisateur : modalités d'organisation

La Ligue prend en charge les récompenses comptant pour les courses décernant un titre régional.

Les épreuves hors catégorie Jeunes (en 1x et 2x) se verront décerner le titre de champion régional lors des Championnats de Zones.

Le club organisateur prend en charge les récompenses pour les autres épreuves.

Le club organisateur prend en charge la restauration des personnes œuvrant sur cette manifestation (arbitres, chrono, bénévoles).

Le club organisateur doit demander les autorisations nécessaires à la tenue de la manifestation et met en place la sécurité.

Les clubs de la Ligue participants à cette manifestation mettent à disposition un bénévole pour l'organisation en cas de demande l'organisateur.

II. Engagement et Forfait aux manifestations régionales

ENGAGEMENTS : Engagements sur serveur FFA Goal, certificat médical de moins d'un an obligatoire en première licence et 3 ans en renouvellement et licence 2019. Un minimum de deux engagés par épreuve est nécessaire pour que celle-ci soit courue.

Les engagements sont clôturés le dimanche précédant la Régata.

Vous pouvez nous indiquer vos **rameurs « isolés »** de façon à ce qu'ils puissent être intégrés à des équipages d'autres clubs. Pour cela, merci de nous les **signaler pour le mercredi précédant la date limite d'engagement ou de prendre contact directement avec les clubs.**

LICENCES : Les délégués responsables de chaque club devront s'assurer que leurs rameurs remplaçant seront en possession, le jour de la régates, de la licence FFA à jour ainsi que d'un certificat médical daté de moins d'un an en première licence ou 3 ans en renouvellement.

Forfaits et changement de rameur : Les forfaits et les changements de nom sont annoncés au plus tard à la réunion des délégués.

Les changements de nom doivent être faits sur le formulaire officiel de la Fédération Française d'Aviron.

III. Jury et Comité d'équité

Le jury est nommé pour chaque régates par le PCRA en début de saison et transmet la liste à la Ligue et au Club organisateur.

Le comité d'équité est composé du Président du Club organisateur, du Président de la Ligue, du Président du Jury et du CTS.

En dehors des litiges lors des régates, il est chargé du choix de maintenir la manifestation en cas de problèmes extérieurs pouvant entraîner des risques.

Dans le cadre des manifestations régionales, la Ligue impose d'être titulaire de l'aviron d'or pour les rameurs J14 et J16 afin de concourir en skiff.

a. Matériel

De façon à permettre un bon enchaînement des courses, il sera demandé aux clubs de mettre à disposition son matériel. Pour le bon déroulement des rotations de matériel, l'**échauffement** et le **retour au calme** sont **interdits sur l'eau**.

Référence à l'article 15-1 (FFA) concernant le matériel : Il devra être scrupuleusement respecté (cales pieds et chaussures permettant aux rameurs de se dégager du bateau sans l'aide des mains, dans les délais les plus brefs).

b. Numéro de couloir et de dossard

A la charge de la Ligue pour les courses en contre la montre et à la charge des clubs pour les courses en ligne. **Toutes les embarcations devront être munies de leur numéro sous peine de ne pas être classées.**

c. Contrôle anti-dopage

Les manifestations régionales étant inscrites sur le calendrier national, des contrôles anti-dopage peuvent avoir lieu.

RAPPELS RÉGLEMENTAIRES

Catégories de rameurs

La FFA classe les rameurs en catégories d'âge et catégories de poids.

Pour favoriser la pratique de masse et encourager l'émulation, des catégories complémentaires peuvent être créées en fonction du niveau de valeur des compétiteurs et du type de compétition.

Catégorie	Epreuve	J12	J13	J14	J16	J18	Senior	Ancienne catégorie
Jeune	J10 et moins							benjamin
	J11	oui						benjamin
	J12	oui	oui	oui				benjamin
	J13		oui	oui				minime
	J14			oui				minime
Junior	J15				oui	oui	oui	cadet
	J16				oui	oui	oui	cadet
	J17				oui	oui	oui	junior
	J18				oui	oui	oui	junior
Senior	Senior						oui	senior

Les rameurs de la catégorie jeune ne peuvent concourir que dans des bateaux armés en couple.

Épreuves hommes, femmes ou mixtes

Les femmes peuvent participer aux épreuves hommes. Les équipages des épreuves mixtes sont constitués à parité d'hommes et de femmes.

OFFRE JEUNE EN RÉGION CENTRE – VAL-DE-LOIRE

L'offre Jeune comptant pour le classement national Jeune 4 étapes hivernales ainsi que le Championnat Régional et concerne les catégories J12, J13 et J14 :

- Étape 1 : Animation Automnale (Tours), dimanche 18 novembre 2018, épreuves en quatre de couple avec barreur, yolette et huit de couple sur 5000m.
- Étape 2 : Championnat Régional Indoor (Olivet), dimanche 2 décembre 2018, 2000m par relais et 1000m en ligne.
- Étape 3 : Animation Hivernale de Tours, dimanche 20 janvier 2019, épreuves en 1x, 2x, 4x+, 8x+ sur 4000m
- Étape 4 : CJR2 (Tours), samedi 2 mars 2019
- Championnat Régional (Bourges) : dimanche 5 mai 2019, distance de 500m pour le 1x J12, distance de 1000m pour le 1x J13, J14 et le 2x J14.

Les 4 premières étapes ainsi que le championnat de Ligue permettent de rapporter des points de participation pour le classement Jeune.

Le championnat régional est qualificatif pour le championnat de Zone en 1x J13 et J14 et en 2x J14.

Obligation du brevet d'or pour participer au championnat de France, 75% de l'équipage doit avoir participé au Championnat Régional.

Les engagements sont libres pour le championnat de France.

CHALLENGE DU JEUNE RAMEUR EN RÉGION CENTRE – VAL-DE-LOIRE

Le Challenge du Jeune Rameur est composé de 4 étapes dont la 2^e commune avec l'Offre Jeune.

Étape	Date	Lieu de l'animation
1 ^{ère} étape	20 octobre 2018	Orléans
2 ^e étape	2 mars 2019	Tours
2 ^e étape	27 avril 2019	Bourges
4 ^e étape	25 mai 2019	Montargis

CATÉGORIES CONCERNÉES

Jeune, J16 débutant et UNSS

COMPOSITION DES ÉQUIPES

Les équipes sont composées à partir des engagements, elles sont mixtes de clubs et de genre.

A PRÉVOIR POUR CHAQUE ANIMATION

- La manifestation pouvant avoir lieu à l'extérieur, prévoir des affaires pour la pluie, du change, des chaussures adaptées, etc...
- Un goûter est prévu à la fin de cet après-midi sportif et festif. Vous pouvez amener un gâteau pour « grossir » ce goûter.

CLASSEMENT DES ÉQUIPES

Un classement par points est réalisé pour chaque épreuve. Le classement général des équipes est fait par l'addition des points accumulés par l'équipe sur toutes les épreuves de l'étape.

CLASSEMENT DES CLUBS

Chaque rameur rapporte un point de participation et les points du classement de l'étape de son équipe.

PROGRAMME DES ANIMATIONS

Le programme des animations est donné à titre indicatif et est susceptible d'être modifié en fonction du nombre d'engagés, de la météo, du matériel disponible etc.

CHALLENGE DU JEUNES RAMEUR – ÉTAPE 1

SAMEDI 20 OCTOBRE 2018

ORLÉANS

CALENDRIER

Mardi	22 septembre	8h00	ouverture des inscriptions
Samedi	13 octobre	16h00	clôture des inscriptions
Samedi	20 octobre	14h00	accueil des participants
		17h00	fin de l'étape

ÉPREUVES

- Parcours d'endurance en double canoë ou yolette
- Atelier et questionnaire
- Concours Héraclès

LIEU DE L'ANIMATION

Aviron Club Orléans Olivet, 2575 rue de la Source, 45160 OLIVET

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club Orléans Olivet (représenté par Nathalie Dörfliger)

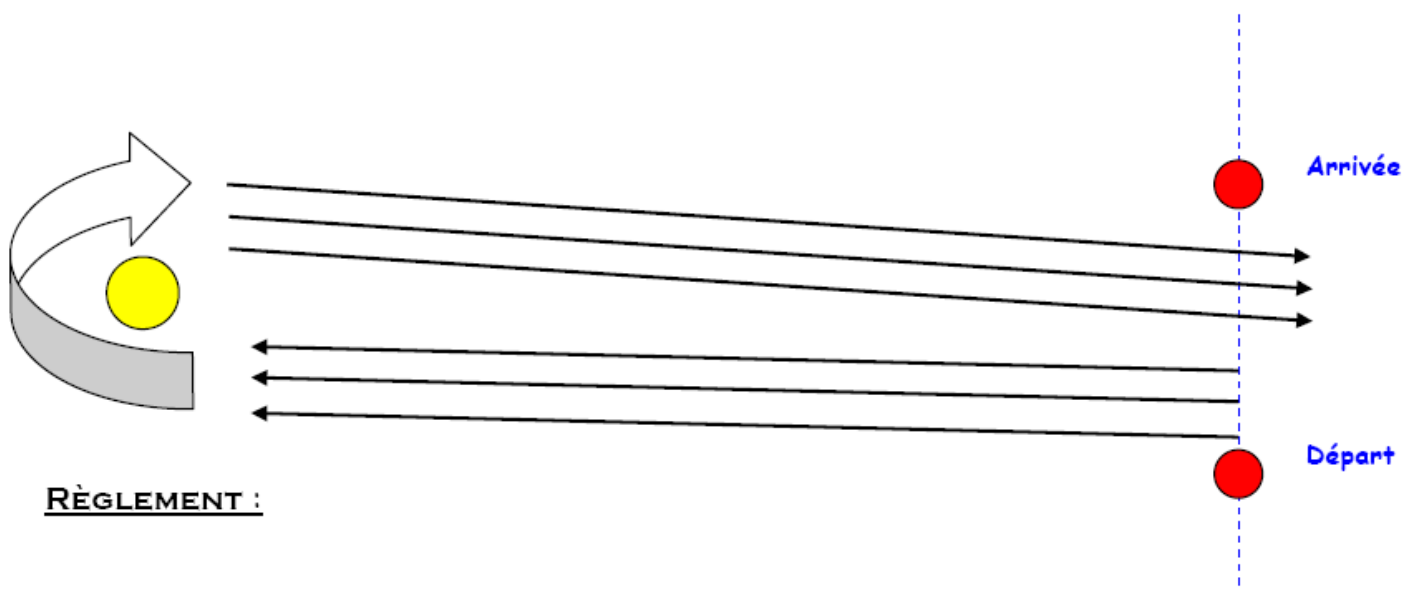
Gestion de l'animation : Aviron Club Orléans Olivet

DESCRIPTIF DES ÉPREUVES

Parcours d'endurance

Parcours contre la montre

Distance : 1000 m



- Le parcours est chronometre
- le matériel d'arbitrage est utilisé (démonstration/explications)
- Il est réalisé par deux bateaux minimum et trois maximums par manche
- Les rameurs portent des dossards

Atelier matériel et questionnaire

Règlement :

- Identifier le matériel
- L'épreuve est chronométrée
- 5 secondes de pénalité sont additionnées au temps de l'épreuve par les mauvaises réponses
- Questionnaire portant sur la pratique de l'aviron à l'entraînement, en compétition et sur le matériel
- 5'' de bonus par bonne réponse au questionnaire

Concours Héraclès

Règlement :

- Parcourir la plus grande distance sur ergomètre en 6 min
- Temps maximum en position « étoile » (sans appui) sur swiss-ball
- Temps maximum planche sur disque d'équilibre
- Nombre de flexion maximum avec haltère de 2 kg en 30 secondes,
- Nombre maximal de flexion jambes en 1 minutes

Le chronomètre ou le compte s'arrête lorsque la posture n'est plus adaptée.

- Points de classement en fonction des résultats individuels additionnés pour l'équipe

CALENDRIER

Mardi	23 octobre	8h00	ouverture des inscriptions
Dimanche	11 novembre	16h00	clôture des inscriptions
Dimanche	18 novembre	8h30	réunion des délégués

ÉPREUVES

Matin - Tête de rivière 5000m		Après-midi – Course en ligne 1000m	
1 SH1x	un rameur en couple senior homme	40 SOpen4yx+	quatre rameurs en couple avec barreur open
2 SH2-	deux rameurs en pointe senior homme	41 J14H4x+	quatre rameurs en couple avec barreur
3 SF1x	une rameuse en couple senior femme	42 J14H4yx+	quatre rameurs en couple avec barreur
4 SF2-	deux rameurs en pointe senior femme	43 J14H8x+	huit rameurs en couple avec barreur
5 J16H1x	un rameur en couple J16 homme	44 SOpen8x+	huit rameurs en couple avec barreur open
6 J16H2-	deux rameurs en pointe J16 homme	45 SOpen8+	huit rameurs en pointe avec barreur open
7 J16F1x	une rameuse en couple J16 femme	46 J16H8+	huit rameurs en pointe avec barreur
8 J16F2-	deux rameuses en pointe J16 femme	47 J16F8+	huit rameuses en pointe avec barreur
9 SOpen4yx+	quatre rameurs en couple avec barreur open	48 J14F8x+	huit rameuses en couple avec barreur
10 J14H4x+	quatre rameurs en couple avec barreur	49 J14F4x+	quatre rameuses en couple avec barreur
11 J14H4yx+	quatre rameurs en couple avec barreur	50 J14F4yx+	quatre rameuses en couple avec barreur
12 J14H8x+	huit rameurs en couple avec barreur		
13 SOpen8x+	huit rameurs en couple avec barreur open		
14 SOpen8+	huit rameurs en pointe avec barreur open		
15 J16H8+	huit rameurs en pointe avec barreur		
16 J16F8+	huit rameuses en pointe avec barreur		
17 J14F8x+	huit rameuses en couple avec barreur		
18 J14F4x+	quatre rameuses en couple avec barreur		
19 J14F4yx+	quatre rameuses en couple avec barreur		

PROGRAMME PRÉVISIONNEL DES ÉPREUVES

Les horaires seront établis en fonction du nombre d'engagés.

- à partir de 9h30 5000 mètres contre la montre
- à partir de 14h 1000 mètres en ligne

LIEU DE LA COMPÉTITION

Aviron Tours Métropole, Avenue de Florence, 37000 TOURS

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Tours Métropole (représenté par François Freslon)

Gestion des courses : Ligue du Centre – Val de Loire d'Aviron (Alexandre Huss)

Président du Jury : Nicolas Jolly

CHAMPIONNAT RÉGIONAL ET OPEN INDOOR

DIMANCHE 2 DÉCEMBRE 2018

CENTRE SPORTIF DU LARRY - OLIVET

CALENDRIER

Mardi 30 octobre 8h00 ouverture des inscriptions
Dimanche 25 novembre 16h00 clôture des inscriptions
Dimanche 02 décembre 9h00 réunion des délégués

ÉPREUVES ET PROGRAMME PRÉVISIONNEL

Sénior – distance de course : 42 195m (Marathon)

1 SH 9h50 senior H/F indiv et équipe

Open – distance de course : 500m

2 SH open 10h00 open homme

J14 – distance de course : 1 000m

3 J14H 10h20 jeune 14 ans homme

4 J14F 10h30 jeune 14 ans femme

J16 – distance de course : 2 000m

5 J16H 10h50 junior 16 ans homme

6 J16F 11h10 junior 16 ans femme

J18 – distance de course : 2 000m

7 J18H 11h30 junior 18 ans homme

8 J18F 11h40 junior 18 ans femme

Sénior – distance de course : 2 000m

9 SH 11h50 senior homme

10 SF 12h00 senior femme

Open – Relais à 4 sur 2 000m

11 SH open 12h10 open homme

J14 – Relais à 4 sur 2 000m

12 J14H 12h20 jeune 14 ans homme

13 J14F 12h30 jeune 14 ans femme

J10/J11/J12 – Relais à 4 sur 2 000m

14 J12M 12h30 jeune 12 ans mixte

Sénior – distance de course : 10 000m

15 SOpen 10h00 senior H/F indiv et équipe

ÉPREUVES PAR ÉQUIPE

Le marathon (42 195m) et le 10 000m peuvent se courir par équipe de 2, 3 ou 4 rameurs. Le nombre de relais est libre. Les mixtes de clubs sont autorisés.

LICENCES

Les personnes non licenciées à la Fédération Française d’Aviron doivent être munis d’un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l’aviron en compétition.

CLASSEMENT JEUNES

Le relais J14 compte pour le Classement Jeunes.

LIEU DE LA COMPÉTITION

Centre sportif du Larry, 54 rue des Chênes, 45160 OLIVET

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club Orléans Olivet (représenté par Nathalie Dörfliger)

Gestion des courses : Ligue du Centre – Val de Loire d’Aviron (Alexandre Huss)

Président du Jury : Nicolas Jolly

CALENDRIER

Mardi	18 décembre	8h00	ouverture des inscriptions
Dimanche	13 janvier	16h00	clôture des inscriptions
Dimanche	20 janvier	8h30	réunion des délégués

Merci de tenir compte d'un temps de rotation de 35 minutes pour les 1x et 2- et de 40 minutes pour les 2x et 4x+

Matin - Tête de rivière 4000m				Après-midi – Course en ligne 1000m			
1	SOpen4yx/+	9h15	quatre rameurs en yolette avec barreur	20	SOpen4x/-	14h00	quatre rameur(se)s en pointe ou couple
2	SH2-	9h30	deux rameurs en pointe	21	J14H/F4x+	14h30	quatre rameur(se)s en couple avec barreur
3	SH1x	9h30	un rameur en couple	22	J16H/F4x/-	15h00	quatre rameur(se)s en pointe ou couple
4	J14H2x	9h40	deux rameurs en couple	23	SOpen4yx+	15h30	quatre rameur(se)s en yolette avec barreur
5	J14H4x+	9h40	quatre rameurs en couple avec barreur				
6	SF2-	10h05	deux rameuses en pointe				
7	J18F2-	10h05	deux rameuses en pointe				
8	SF1x	10h05	une rameuse en couple				
9	J18F1x	10h05	une rameuse en couple				
10	J14F2x	10h20	deux rameuses en couple				
11	J14F4x+	10h20	quatre rameuses en couple avec barreur				
12	J18H2-	10h40	deux rameurs en pointe				
13	J18H1x	10h40	un rameur en couple				
14	SOpen4x/-	11h00	quatre rameurs en couple ou pointe				
15	SOpen2x	11h00	deux rameurs en couple				
16	J16F2-	11h15	deux rameuses en pointe				
17	J16F1x	11h15	une rameuse en couple				
18	J16H2-	11h50	deux rameurs en pointe				
19	J16H1x	11h50	une rameuse en couple				

COURSES

Les mixtes de clubs sont possibles, nous vous invitons à vous mettre en contact les uns avec les autres pour les réaliser en fonction de vos souhaits.

CLASSEMENT

Le classement sera effectué au temps sur les courses du matin et de l'après-midi

LIEU DE LA COMPÉTITION

Aviron Tours Métropole, Avenue de Florence, 37000 TOURS

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Tours Métropole (représenté par François Freslon)

Gestion des courses : Ligue du Centre – Val de Loire d'Aviron (Alexandre Huss)

Président de Jury : Hervé Blaise

CHALLENGE DU JEUNES RAMEUR – ÉTAPE 2

SAMEDI 2 MARS 2019

TOURS

Cette manifestation compte dans le classement national Jeune.

Mardi	05 février	8h00	ouverture des inscriptions
Samedi	23 février	16h00	clôture des inscriptions
Samedi	02 mars	14h00	accueil des participants
		17h00	fin de l'étape

ÉPREUVES

- Evaluation de la forme physique
- Parcours Préparation Physique Généralisé
- Questionnaires Connaissance du Fonctionnement du corps humain : appareil respiratoire, nutrition, système cardiovasculaire (rame en 5^e)

LIEU DE L'ANIMATION

Aviron Tours Métropole, Avenue de Florence, 37000 TOURS

ORGANISATION

Club organisateur : Aviron Tours Métropole (représenté par François Freslon)

Gestion de l'animation : Aviron Tours Métropole avec l'aide de la Ligue du Centre – Val de Loire d'Aviron pour la gestion des activités liées à l'offre Jeunes (Alexandre Huss)

DESCRIPTIF DES ÉPREUVES

Evaluation de la forme physique

- Test 40'' à l'ergomètre
- Test de souplesse
- Test force des jambes (multi-bonds et hauteur)
- Test force tronc – bras (pompe et abdo)
- Test corde à sauter

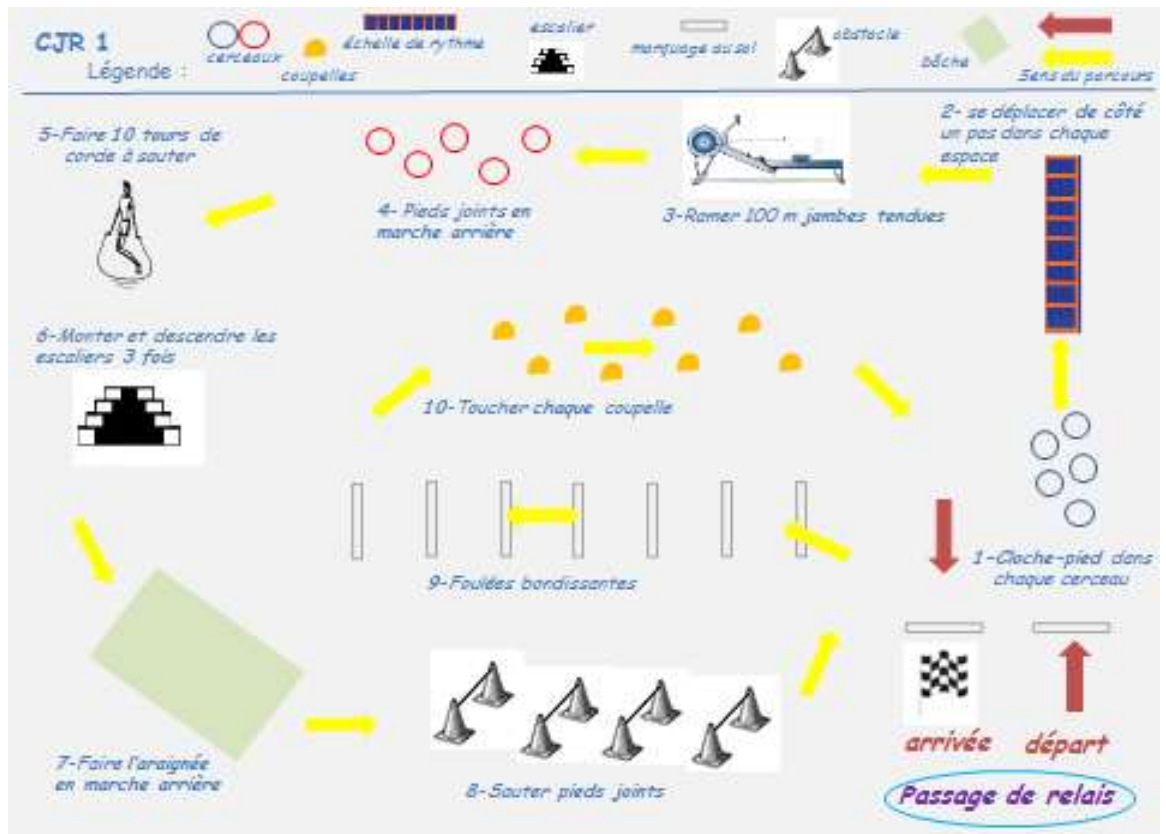
Règlement :

- Etablissement d'un diagnostic de la forme physique
- Point de classement en fonction des résultats aux tests physiques

Parcours PPG

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- Chaque équipier passe le relais
- 5 secondes de pénalité sont additionnées au temps de l'épreuve par mauvaise exécution d'un atelier



questionnaire

Connaissance du fonctionnement du corps humain

- Questionnaire portant sur le fonctionnement du corps humain : appareil respiratoire, nutrition, système cardiovasculaire (rame en 5^e)
- 5'' de bonus par bonne réponse au questionnaire

CHAMPIONNAT RÉGIONAL FFSU

DIMANCHE 17 MARS 2019

BOURGES

CALENDRIER

Mardi	12 février	8h00	ouvertures des inscriptions (à faire également sur le site du CRSU)
Jeudi	14 mars	12h00	clôture des inscriptions
Dimanche	17 mars	8h00	réunion des délégués au club house

BASSIN : Plan d'eau du Val d'Auron

DISTANCE : 1000 m

CHAMPIONNAT DE FRANCE FFSU

Pour prétendre à une qualification au championnat de France universitaire, la licence FFSU est obligatoire. Les inscriptions sont à faire en ligne sur le site du CRSU (<https://sport-u-centrevalde Loire.com/> -> INSCRIPTION SPORT IND depuis le menu d'accès rapide en haut à droite sous le champ de recherche)

ÉPREUVES

		Séries	Finales
1	MU2x Handi	9h30	11h30
2	HU2x	9h40	11h40
3	FU2x	9h40	11h40
4	HU4x	9h50	11h50
5	FU4x	9h50	11h50
6	MU4x	9h50	11h50
7	HU8+	10h00	12h00
8	FU8+	10h00	12h00
9	MU8+	10h00	12h00

Les horaires sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles de modifications en fonction des rotations de coques et du nombre d'engagés par course.

CLASSEMENT

Le classement sera effectué au temps.

LIEU DE LA COMPÉTITION

Aviron Club de Bourges, Chemin du Grand Mazières, 18000 BOURGES

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club de Bourges (représenté par Hervé Blaise)

Gestion des courses : Ligue du Centre – Val de Loire d'Aviron (Alexandre Huss)

Président du Jury : Nicolas Jolly

CHALLENGE DU JEUNES RAMEUR – ÉTAPE 3

SAMEDI 27 AVRIL 2019

BOURGES

Mardi	26 mars	8h00	ouverture des inscriptions
Samedi	20 avril	16h00	clôture des inscriptions
Samedi	27 avril	14h00	accueil des participants
		17h00	fin de l'étape

ÉPREUVES

En skiff, Ramtonic ou yolette :

- Parcours d'habileté
- Course en ligne
- Parcours d'endurance

Au sol :

- Parcours d'habileté avec handicap

LIEU DE L'ANIMATION

Aviron Club de Bourges, Chemin du Grand Mazières, 18000 BOURGES

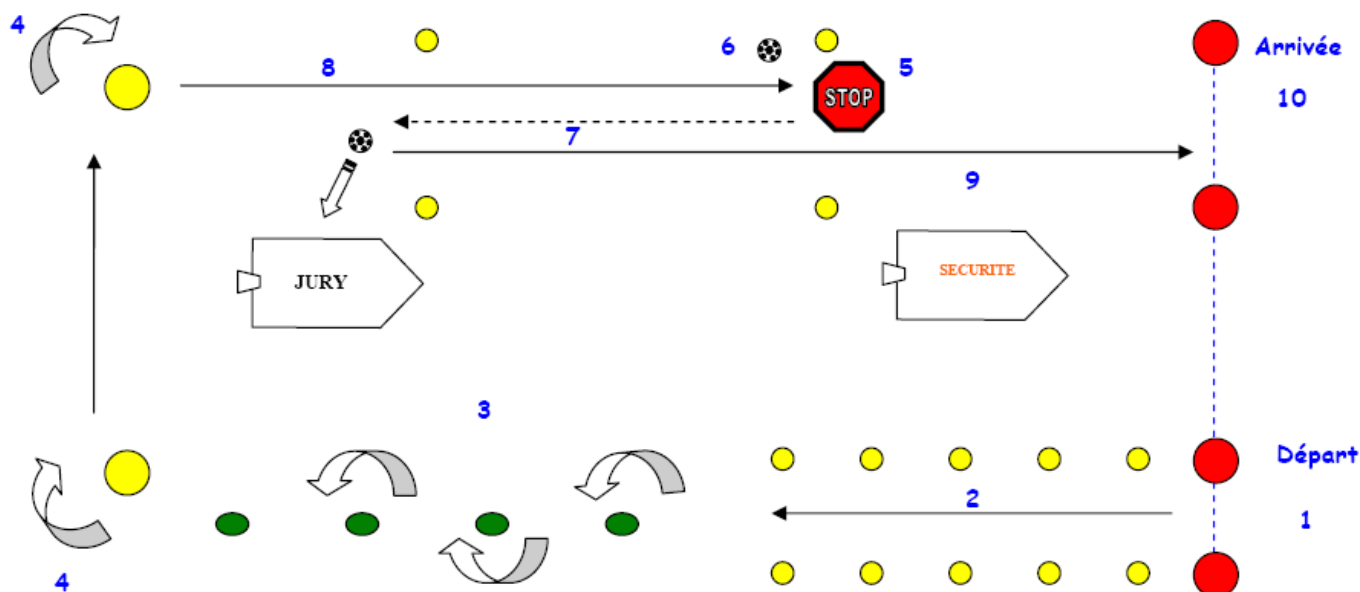
ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club de Bourges (représenté par Hervé Blaise)

Gestion de l'animation : Aviron Club de Bourges

DESCRIPTIF DES ÉPREUVES

Parcours d'habileté



1. Franchir la ligne de départ
2. Avancer en ligne droite entre la ligne de bouées
3. Slalomer entre les bouées
4. Virer autour d'une bouée
5. Stopper son bateau au passage des bouées
6. Ramasser le ballon
7. Dénager puis placer son bateau entre les bouées
8. Lancer le ballon dans le canot moteur du Jury
9. Sprinter jusqu'à la ligne d'arrivée

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- 5 secondes de pénalité sont additionnées au temps du parcours pour les actions suivantes non réussies : 2, 3, 4, 5, 6, 7. et pour toute bouée touchée.

(Cf tableau de saisie des résultats)

Course en ligne

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- Distance 1000 m
- Points de classement attribués selon le résultat de l'épreuve

Parcours d'habileté au sol avec handicap

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- Relais en binôme sur parcours PPG : 1 à l'aveugle et 1 guide
- Stratégie acceptée : guide manuel ou vocal

RÉGATE RÉGIONALE/CHAMPIONNAT RÉGIONAL JEUNE

DIMANCHE 5 MAI 2019

BOURGES

CALENDRIER

Mardi	26 mars	8h00	ouvertures des inscriptions
Dimanche	28 avril	16h00	clôture des inscriptions
Dimanche	5 mai	8h00	réunion des délégués au club house

ENGAGEMENTS J18 ET SENIOR

Si vous souhaitez participer à la même épreuve le matin et l'après-midi, il est obligatoire de s'inscrire le matin et l'après-midi.

Pour augmenter la densité des courses, privilégiez le double le matin et le quatre l'après-midi.

CLASSEMENT

Le classement sera effectué au temps.

Une récompense sera décernée au premier de chaque épreuve et au champion de la Ligue du Centre – Val de Loire dans la catégorie Jeune (Pour rappel les titres de champion régionaux seront décernés lors des championnats de Zone).

ÉPREUVES

2000m

1	SH2x	9h00	19	SH2x	14h
2	SF2x	9h10	20	SF2x	14h10
3	SH4x/-	9h20	21	SH4x/-	14h20
4	SF4x/-	9h30	22	SF4x/-	14h30

1500m

5	J16H1x	9h50	23	J16H2x	14h50
6	J16H4x	10h00	24	J16H2-	15h00
7	J16H4-	10h10	25	J16F1x	15h10
8	J16H4+	10h20	26	J16F4x	15h20
9	J16F2x	10h30	27	J16F4+	15h30
10	J16F2-	10h40			

1000m

11	J13H1x	11h00	28	J13F1x	15h50
12	J14H1x	11h10	29	J14F1x	16h00
13	J14H2x	11h20	30	J14F2x	16h10
14	J14F4x+	11h30	31	J14H4x+	16h20
15	Handi 1x	11h40	32	SOpen2x	16h30
16	Yollette Adapté	11h50	33	SOpen8x/+	16h40
17	SOpen4x	12h00			

500m

18	J12H1x	12h20	34	J12F1x	17h00
----	--------	-------	----	--------	-------

Les horaires sont donnés à titre indicatif et sont susceptibles de modifications en fonction des rotations de coques et du nombre d'engagés par course. Des regroupements d'épreuves sont susceptibles d'être également effectués.

LIEU DE LA COMPÉTITION

Aviron Club de Bourges, Chemin du Grand Mazières, 18000 BOURGES

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club de Bourges (représenté par Hervé Blaise)

Gestion des courses : Ligue du Centre – Val de Loire d'Aviron (Alexandre Huss)

Présidente du Jury : Amélie Zech

CHALLENGE DU JEUNES RAMEUR – ÉTAPE 4

SAMEDI 25 MAI 2019

MONTARGIS

Mardi	23 avril	8h00	ouverture des inscriptions
Samedi	18 mai	16h00	clôture des inscriptions
Samedi	25 mai	14h00	accueil des participants
		17h00	fin de l'étape

ÉPREUVES

Triathlon Eau/Terre :

- Parcours d'endurance vélo
- Parcours d'équilibre paddle
- Parcours d'habileté skiff

DESCRIPTIF DES ÉPREUVES

1 - Parcours d'endurance en vélo

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- Temps additionné de chaque équipier
- Point de classement de l'équipe selon les temps additionnés

2 - Parcours d'habileté en skiff

Règlement :

- Le parcours est chronométré
- Temps additionné de chaque équipier
- Point de classement de l'équipe selon les temps additionnés

3 - Parcours d'équilibre paddle en relais

Règlement :

- Le parcours est chronométré et doit se faire sur le paddle
- Toutes les stratégies sont acceptées pour le relais : seul ou en binôme, debout, assis ou à plat ventre, aide au démarrage...
- 5 secondes de pénalité sont additionnées au temps du parcours pour non-respect des consignes

LIEU DE L'ANIMATION

Aviron Club Montargis Gâtinais, 16 chemin de la Baignade, 45200 MONTARGIS

ORGANISATION

Club Organisateur : Aviron Club Montargis Gâtinais (représenté par Yves Jusserand)

Gestion de l'animation : Aviron Club Montargis Gâtinais