AVANT PROGRAMME

Open Occitanie – Villemur Aviron Indoor

Gymnase du collège Albert Camus – rue Urbain Vignères
31340 VILLEMUR SUR TARN

Samedi 3 décembre 2022

INFORMATIONS PRATIQUES

Toutes les informations relatives à cette manifestation seront diffusées sur :
http://www.avironoccitanie.fr/aviron-indoor.html

Pour traiter les cas particuliers, vous pouvez contacter :
Clément Depoorter : clement.depoorter@ffaviron.fr - 06 23 84 50 67

AVANT PROGRAMME

Epreuve support:

- **De l'Open Régional d'Aviron Indoor**
  Les trois premiers concurrents de chaque classement sont récompensés. Un classement particulier est mis en place pour chaque épreuve ayant au moins trois engagés.
- **Du classement Régional Jeunes**
- **De la 2ème étape du Championnat Jeune FFA 2023 (épreuve par équipe J12 à J14)**
- **De l'Evaluation Fédérale et Régionale 2023**
  Pour les licenciés FFA les épreuves individuelles (hors sprint et Jeunes) font partie de l'Evaluation Fédérale Ergométrique, placée sous le contrôle du Conseiller Technique Régional.

Frais d'inscription :

Une participation de 2 euros par rameur est demandée. Elle peut être réglée le jour de la compétition.

Restauration :

Une buvette et une restauration snack sont proposées sur place.

Services de secours :

Il sera assuré par des secouristes diplômés et équipés de 8h30 à 17h00

Animation annexes

Deux questionnaires aux thématiques différentes seront accessibles par QR code ou au format papiers dans la salle. Un est basé sur les questionnaires du brevet d'aviron rivière niveau 2 et 3. L'autre est basé sur la connaissance du territoire Occitan.

AVANT PROGRAMME

PROGRAMME DES EPREUVES

Horaires prévisionnels :

Les horaires communiqués ci-après sont indicatifs et pourront évoluer en fonction du nombre d'engagés (horaires du matin reculés, horaires de l'après-midi reculés ou avancés).

HORAIRES	CATÉGORIES	DISTANCE (mètre)
8h30	ACCUEIL	
9h00	J10, J11, J12 et Para ID (BC et CD) et Para ID-BC (sur 2 min)	500
9h40	J13, J14 et Para ID (BC et CD)	1000
10h00	Podium Jeunes et Para ID	
10h15	J15, J16, J17, J18, Seniors, Masters, et Para-Aviron	2000
12h00	Podiums, J15, J16, J17, J18, Seniors, Masters, et Para Rowing	
13h00	J10, J11	Relais 1000
13h20	J12, J13, J14	Relais 2000
13h40	Podium	
13h50	Seniors	500
14h30	J15, J16, J17, J18, Seniors, Masters, et Para-Aviron	Relais 2000

AVANT PROGRAMME

Epreuves individuelles :

Distances Jeunes :

- Epreuve individuelle J10-J11-J12 Femme-Homme-500m
- Epreuve individuelle J13-J14 Femme 1000m
- Epreuve individuelle J13-J14 Homme 1000m

Distances Officielles :

- **Epreuve individuelle J15-J16 Femme 2000m (Open + évaluation fédérale)**
- **Epreuve individuelle J15-J16 Homme 2000m (Open + évaluation fédérale)**
- **Epreuve individuelle J17-J18 Femme 2000m (Open + évaluation fédérale)**
- **Epreuve individuelle J17-J18 Homme 2000m (Open + évaluation fédérale)**
- **Epreuve individuelle Senior Femme** 2000m (Open + évaluation fédérale) ***
- **Epreuve individuelle Senior Homme** 2000m (Open + évaluation fédérale) ***
- **Epreuve individuelle Master Femme 2000m 30-39 ans***
- **Epreuve individuelle Master Homme 2000m 30-39 ans***
- **Epreuve individuelle Master Femme 2000m 40-49 ans***
- **Epreuve individuelle Master Homme 2000m 40-49 ans***
- **Epreuve individuelle Master Femme 2000m 50-59 ans***
- **Epreuve individuelle Master Homme 2000m 50-59 ans***
- **Epreuve Individuelle Master Femme 2000m 60 ans et +***
- **Epreuve Individuelle Master Homme 2000m 60 ans et +***
- **Epreuve Individuelle Femme 500m (Open)***
- **Epreuve Individuelle Homme 500m (Open)***

*Pour chaque catégorie un classement poids léger est ouvert (61,5kg maxi pour les Femmes, 75kg maxi pour les Hommes)
La pesée est réalisée entre les 2 heures et l'heure précédant la course, en zone d'accès à l'échauffement.
** Les épreuves individuelles Homme et Femme comprennent des classements Para-Aviron : Bras (PR1), Tronc/Bras (PR2) et Jambes/Tronc/Bras (PR3)

Les compétiteurs sont regroupés dans les catégories d'âge en fonction de l'âge atteint le jour de la compétition (dans la limite de 3 jours). C'est l'âge atteint le 4 décembre 2022 qui fait référence.

Pour les J10 à Seniors, les compétiteurs seront classés dans leur catégorie d'âge de la saison sportive 2022-2023.

Pour les besoins de la compétition, plusieurs catégories masters peuvent être regroupées dans une seule et même catégorie d'âge, avec classement unique.

AVANT PROGRAMME

Epreuves par équipes de 4 :

ERGOMÈTRE
Championnat Jeune FFA

- **Epreuve relais J12 à J14 Femme** — **8x250m (4 femmes)**
- **Epreuve relais J12 à J14 Homme** — **8x250m (4 hommes)**
- **Epreuve relais J12 à J14 Mixte** — **8x250m (2 femmes et 2 hommes)**
- **Epreuve relais J15 à J18 Femme** — **8x250m (4 femmes)**
- **Epreuve relais J15 à J18 Homme** — **8x250m (4 hommes)**
- **Epreuve relais J15 à J18 Mixte** — **8x250m (2 femmes et 2 hommes)**
- **Epreuve relais Senior Femme** — **8x250m (4 femmes)**
- **Epreuve relais Senior Homme** — **8x250m (4 hommes)**
- **Epreuve relais Senior Mixte** — **8x250m (2 femmes et 2 hommes)**
- **Epreuve relais Masters** — **8x250m (4 hommes, femmes ou mixte)**

Ces classements seront mis en place si plus de 3 équipages prennent le départ dans chacune de ces catégories. A défaut, les catégories seront regroupées. Les équipes mixtes seront alors rattachées au classement masculin s'il est possible de mettre en place un classement féminin.

Les équipes peuvent être constituées avec des rameurs issus de différentes structures. Un concurrent ne peut faire partie que d'une seule équipe.

Chacun des rameurs parcourt 500m (+ ou – 30m) pour les épreuves Juniors et Seniors et 2 fois 250m non consécutifs pour les épreuves Jeunes (J12 à J14). Un non-respect de cette plage de distance pour passer relais peut entraîner une pénalité de 10s, voire une disqualification en cas de récidive. Un relais commence lorsque le rameur sortant pose sa poignée, et se termine lorsque le rameur entrant recommence à ramer. Les premiers relayeurs sont debout 5 mètres derrière leur ergomètre avant le départ. Les concurrents doivent descendre/monter sur l'ergomètre en autonomie. Le relais est passé 5 mètres derrière l'ergomètre en transmettant le témoin au relayeur suivant.
L'arrivée de l'équipe est proclamée lorsque les 2000m sur les ergomètres sont parcourus. Il incombe à chaque équipe de régler son ergomètre et de définir l'ordre de passage des équipiers qui lui convient. Une zone d'attente et de passage de relais sera matérialisée au sol. Le respect de ces zones est impératif, et des sanctions (pénalité, avertissement, disqualification) pourront être prononcées dans le cas contraire.

Toute fois dans une démarche d'inclusion, ces règles peuvent être adaptées pour selon le handicap d'un rameur (Exemple : un rameur déficient visuel peut soit disposer d'un guide, soit réaliser 500m en une fois).

Les J12 à J14 ne peuvent participer qu'aux épreuves qui leurs sont réservées.

Matériel :

Les épreuves se feront sur des ergomètres Concept II modèle D (PM5) (12 ergomètres) ; des ergos modèle C pourront être utilisés pour l'échauffement. Comme prévu dans la convention que vous avez signée en 2018, nous vous demandons d'apporter les ergomètres acquis avec l'aide de la Ligue.

A noter : pour la bonne organisation de la manifestation, il est nécessaire qu'une douzaine d'ergomètres soient apportés dès le vendredi en fin de journée (18h30) au Gymnase de Villemur :

Prendre contact avec Luc Poncelet : lucponc@orange.fr

AVANT PROGRAMME

RAPPELS REGLEMENTAIRES

Arbitrage :

Assuré par les arbitres fédéraux.

Licences - Certificats médicaux :

Cette manifestation répond réglementairement au code des compétitions indoor de la Fédération Française d'Aviron (FFA).
Pour participer, **la possession d'une licence 2023 de la FFA est obligatoire**.

En plus des traditionnelles licences A, U, I et BF, la FFA propose une licence Indoor évènementielle (IE) pour les personnes non-licenciées souhaitant participer occasionnellement à des évènements. Prise avant l'inscription au tarif de 6 euros, elle sera valable pour la durée de l'évènement.

Lien pour prendre une licence individuelle sur le site FFAviron :
https://ffsa-goal.multimediabs.com/grandpublic/saisielicenceGP
Pour vous aider à souscrire à une licence de la FFA, vous pouvez contacter :
Clément Depoorter : **clement.depoorter@ffaviron** - 06 23 84 50 67

Problèmes matériels :

Les procédures de départ, de chronométrage, de déroulement de courses et de publication des résultats sont assurées par le logiciel « Erg race ».
Le compétiteur dont l'ergomètre tombe en panne (dysfonctionnement mécanique, ou interruption de l'affichage par le PM avérée et constatée par un arbitre) après la période des 20 premières secondes peut recommencer son parcours à une heure fixée par l'arbitre, dans la mesure des possibilités permises par l'organisation.
En cas d'incident matériel (casse ou dysfonctionnement constaté par un arbitre) sur un ergomètre durant les 20 premières secondes de course, le jury peut arrêter la course. Il informe les compétiteurs des motifs de l'arrêt et la procédure à suivre. Un compétiteur ne peut se prévaloir d'un incident pour demander la remise à plus tard ou l'annulation de la course, exception faite dans les 20 premières secondes de la course.
Lors des courses en relais, il est possible que la communication entre le rameur et le système de course soit ponctuellement interrompue, conduisant à un affichage différé de la position de l'équipe. Dans tous les cas, le chrono affiché sur le PM (ordinateur de bord) du rameur fait foi.

Échauffement :

L'accès contrôlé à la zone d'échauffement sera rendu possible dès la libération des machines par les concurrents de la manche précédente (environ 10 minutes avant l'horaire de course). Les compétiteurs doivent se présenter au contrôle d'identité et de certificats médicaux avant l'ouverture de leur créneau d'échauffement. Un seul ergomètre est attribué par équipe et par compétiteur. Une aire d'échauffement libre (course à pied, étirements et autres) sera matérialisée.

AVANT PROGRAMME

PROCEDURE D'ENGAGEMENT

Tous les engagements doivent être officialisés avant le

Dimanche 27 novembre à 20 heures

Quel que soit le mode d'inscription, pensez à **renseigner les temps pronostiques** pour chaque participant ou équipe. Ces temps serviront à composer les manches.

Epreuves individuelles et par équipe d'un même club :

l'inscription se fait obligatoirement sur l'intranet de la FFA
https://ffsa-goal.multimediabs.com/login

Epreuves par équipe de rameurs issus de clubs différents :

l'inscription à chaque épreuve doit se faire auprès de Clément Depoorter (clement.depoorter@ffaviron.fr).
(Des équipes incomplètes peuvent être inscrites et seront regroupées entre elles selon leurs catégories) :

Publication des tirages au sort, du programme et informations de course au plus tard le mercredi 30 novembre à 20h00 sur le site internet
www.avironoccitanie.fr/aviron-indoor.html

Le jour de l'épreuve, les manches peuvent être modifiées.

Forfaits :

Ils doivent être signalés par courriel à **clement.depoorter@ffaviron.fr** au plus tard le jeudi **1er décembre à 14h00**. Ils doivent mentionner l'ensemble des épreuves pour lesquelles un compétiteur déclare forfait.