



AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

Championnat d'Occitanie d'Aviron Indoor

Villemur - 15^{ème} édition

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

Samedi 30 Novembre 2024

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 - 06 23 84 50 67



FDVA
FONDS POUR LE
DEVELOPPEMENT
DE LA VIE
ASSOCIATIVE





AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

Epreuve support :

- De l'Open Régional d'Aviron Indoor
- Du classement Régional Jeunes
- De la 2^{ème} étape du Championnat Jeune FFA 2025 (épreuve par équipe J12 à J14)
- De l'Évaluation Fédérale et Régionale 2025

Pour les licenciés FFA les épreuves individuelles (hors sprint et Jeunes) font partie de l'Évaluation Fédérale Ergométrique, placée sous le contrôle du Conseiller Technique Régional.

Frais d'inscription :

Une participation de 2 euros par rameur et par course est demandée. Une facture sera envoyée à chaque club à posteriori de la manifestation.

Récompenses de ligue :

- Pour les épreuves individuelles, les 3 premiers de chaque épreuve sont récompensés chez les jeunes (J12, J14) et juniors (J16, J18) et uniquement les premiers de chaque épreuve pour les catégories adultes (U23, Senior TC, Senior PL, Master 30-39, Master 40-49etc... et PARA)
- Pour les épreuves collectives, les 3 premières équipes Jeunes par catégories et les premières équipes pour les juniors et adultes (seniors, masters, avi'santé etc...).
- Pour la distance OPEN 1000m master, uniquement les premiers.
- Pour la distance OPEN 500m, uniquement les premiers (Juniors, Senior et Master).

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



AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

PROGRAMME DES EPREUVES

Horaires prévisionnels :

Les horaires communiqués ci-après sont indicatifs et pourront évoluer en fonction du nombre d'engagé (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
9h20	J13, J14 et Para ID (BC et CD)	1000
9h40	Masters	1000 (distance non officielle en aviron indoor)
10h00	Podium Jeunes et Para ID	
10h15	J15, J16, J17, J18, Seniors, Masters, et Para-Aviron	2000
12h00	Podiums Juniors, Seniors, Masters, et Para Rowing	
13h00	J10, J11	1000 en relais 4x250m
13h20	J12, J13, J14	2000 en relais 8x250m
13h40	Juniors, Seniors, Masters, et Para-Aviron	500m
13h50	Juniors, Seniors, Masters, et Para-Aviron	Relais 2000
14h30	Podiums relais + 500m	



AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

Epreuves individuelles :

Chez les Seniors, un classement poids léger est ouvert (60kg max pour les femmes, 74kg max pour les hommes).

La pesée est réalisée entre 2 heures et 1 heure avant 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 similaires aux catégories des compétitions d'aviron eaux intérieures. L'inscription sur l'intranet fédéral étant calibré sur les épreuves indoor, tous les rameurs sont à engager sur la catégorie correspondant à leur âge réel. Ils seront ensuite reclassés dans leur catégorie d'âge « eaux intérieures » respective.

Exemple : Un rameur J15 pour la saison des championnats 2024 est à inscrire sur l'épreuve J14. Et il sera reclassé sur l'épreuve J15 le jour de l'épreuve.

Le tirage des séries est réalisé par distance et par ordre des temps pronostics.

- En raison du changement de l'intranet, cette saison les temps pronostics seront à remplir lors de l'envoi de la liste des engagés



AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

Epreuves par équipes de 4 :

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 2 fois 250m non consécutifs. Un non-respect de cette plage de distance pour passer le 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 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 vingtaine d'ergomètres soient apportés dès le vendredi en fin de journée (18h30) au Gymnase de Villemur :

- Prendre contact avec Luc Poncelet : luconc@orange.fr



AVANT PROGRAMME LIGUE OCCITANIE AVIRON

RAPPELS REGLEMENTAIRES

Arbitrage :

Assuré par des arbitres et techniciens de la ligue Occitanie d'Aviron.

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 2025 de la FFA est obligatoire. En plus des traditionnelles licences A, U, I et BF, la FFA propose une licence Indoor événementielle (IE) pour les personnes non-licenciées souhaitant participer occasionnellement à des événements. 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>

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 LIGUE OCCITANIE AVIRON

PROCEDURE D'ENGAGEMENT

Inscriptions

- Toutes les inscriptions sont à réaliser sur l'intranet fédéral.
- A partir du samedi 16 novembre et jusqu'au lundi 25 novembre 2024 à 12 heures
- **Les temps pronostiques** seront à renseigner sur la liste des engagements d'ici son envoi et **avant le jeudi 28 novembre 2024**.

Cas des équipes de rameurs issus de clubs différents :

- Toutes les inscriptions de rameurs sont à faire sur le serveur fédéral où il est possible d'inscrire des équipes incomplètes. Le fichier des équipes incomplètes sera partagé aux délégués de clubs le jour de la publication des engagés. Chaque délégué voit directement avec un autre délégué de club pour compléter son équipe. Le regroupement des équipes devra ensuite être signalé à clement.depoorter@ffaviron.fr

Forfaits :

Ils doivent être signalés par courriel à clement.depoorter@ffaviron.fr au plus tard le **jeudi 28 Novembre à 14h00**. Ils doivent mentionner l'ensemble des épreuves pour lesquelles un compétiteur déclare forfait.

Programme :

Publication de la liste des engagés le mardi 26 novembre et du programme le vendredi 29 Novembre www.avironoccitanie.fr/aviron-indoor.html