



TÊTE DE RIVIERE LIGUE D'OCCITANIE

26 Janvier 2020

CARNON

Participation :

Tête de rivière en bateaux courts pour les J16, J18, Séniors et Para-aviron : épreuves en quatre de couple pour les J14 (**brevet d'aviron argent exigé**) et pour les autres catégories en un de couple et deux sans barreur selon les prévisions de programmes jointes. Les mixtes de clubs sont possibles.

Engagements :

Les engagements sont à faire par les clubs sur le serveur [intranet](#) de la FFA.

Dans le cas de mixtes de clubs au sein de la ligue, contactez le cadre technique bien avant la date de clôture des engagements.

<https://www.avironoccitanie.fr/avant-programmes.html>

Calendrier :

- Mardi 7 Janvier 2020 08h00 Ouverture des inscriptions sur le site intranet de la FFA.
- Vendredi 17 Janvier 2020 14h00 Clôture des inscriptions
- Mardi 21 Janvier 2020 16h00 Ordre des départs sur le site de la Ligue:

Réunion des délégués : Au club de Carnon à **9h00**.

Première course à 10h30, puis départ toutes les 45 secondes.

Dispositions particulières :

Couloir de remontée sur 6 km jusqu'au départ

Numéro obligatoire placé à l'avant du bateau (caution 10€).

Service médical assuré au Garage de Carnon.

SECURITE : 6 canots moteurs, plongeurs et une équipe de secouristes.

Les clubs doivent se présenter avec le matériel suffisant afin d'éviter les rotations.

Rameurs poids léger : (avenant annuel des règles de sélection 2019)

Lors des têtes de rivière, seul le poids individuel est limité.

Il doit être de 74 kg maximum chez les hommes et de 61,5 kg maximum chez les femmes.

La pesée des rameurs PL se déroulera au club.

Hébergement – Repas : Contacter le club de Carnon Tél : 06 81 14 23 81

Luc PONCELET
Président de la Ligue Occitanie d'Aviron

Joël BOUCHE
Président de Carnon



DISCIPLINES Distances de course 6000 m, 4000 m (pour les J16 PR1 et PR2) et 3000 m pour les J14

Course n°1	4 rameurs en couple avec barreur	J14H4X+ (départ prévu à 10h30) 3000 m
Course n°2	2 rameuses en pointe sans barreur	J16F2- (départ prévu à 11h00) 4000 m
Course n° 3	1 rameuse en couple	J16F1X (départ prévu à 11h15) 4000 m
Course n°4	Para-aviron PR1/PR2/PR3 H&F	(départ prévu à 11h45) 4000 m et 6000 m
Course n°5	2 rameurs en pointe sans barreur	HS2-/ HLS2- (départ prévu à 12h00) 6000 m
Course n°6	1 rameur en couple	HS1X/ HSPL1X (départ prévu à 12h10) 6000 m
Course n°7	2 rameuses en pointe sans barreur	FS2- (départ prévu à 12h30) 6000 m
Course n°8	1 rameuse en couple	FS1X/ FSPL1X (départ prévu à 12h35) 6000 m
Coupure		
Course n° 9	4 rameuses en couple avec barreur	J14F4X+ (départ prévu à 14h15) 3000 m
Course n° 10	4 mixte en couple avec barreur	J14M4X+ (départ prévu à 14h30) 3000 m
Course n°11	1 rameur en couple	J18H1X (départ prévu à 14h40) 6000 m
Course n°12	2 rameurs en pointe sans barreur	J18H2- (départ prévu à 15h00) 6000 m
Course n°13	1 rameuses en couple	J18F1X (départ prévu à 15h10) 6000 m
Course n°14	2 rameurs en pointe sans barreur	J18F2- (départ prévu à 15h30) 6000 m
Course n°15	1 rameur en couple	J16H1X (départ prévu à 15h45) 4000 m
Course n°16	2 rameurs en pointe sans barreur	J16H2- (départ prévu à 16h15) 4000 m
Course n°17	1 rameuse en couple	MF1X (départ prévu à 16h30) 4000 m
Course n°18	2 rameuses en pointe sans barreur	MF2- (départ prévu à 16h40) 4000 m
Course n°19	1 rameur en couple	MH1X (départ prévu à 16h50) 4000 m
Course n°20	2 rameurs en pointe sans barreur	MH2- (départ prévu à 17h05) 4000 m



Course n°4 Para-aviron - distance de course : 4000 m

Handi Aviron	F PR1 1x	1 rameuse en couple bras-épaule
Handi Aviron	H PR1 1x	1 rameur en couple bras-épaule
Handi Aviron	F PR2 1x	1 rameuse en couple tronc et bras
Handi Aviron	H PR2 1x	1 rameur en couple tronc et bras

Para-aviron - distance de course : 6000 m

Handi Aviron	F PR3 2-	2 rameuses en pointe sans barreur
Handi Aviron	H PR3 2-	2 rameurs en pointe sans barreur
Handi Aviron	F PR3 1x	1 rameuse en couple
Handi Aviron	H PR3 1x	1 rameur en couple

Rameurs poids léger

Lors des têtes de rivière, seul le poids individuel est limité. Il doit être de 74 kg maximum chez les hommes et 61,5 kg maximum chez les femmes.