

CHAMPIONNAT D'ALSACE AVIRON INDOOR

Dimanche 4 décembre 2022

AVANT PROGRAMME

Organisation :

Comité Départemental d'aviron du Bas-Rhin

Contact : GUICHARD Laurent ; coach.as1881@gmail.com / 06 60 55 80 46

Lieu :

STRASBOURG (67) Gymnase de la Robertsau 45 rue Peter Schwarber

Horaire :

Ouverture de la salle au public : 11h

Horaire première série : 12h

Podiums et remise récompense : 16h (environ)

Sécurité :

Assuré par une équipe médicale

Règlementation :

Seuls les rameurs titulaires d'une licence A FFA en cours de validité peuvent concourir.

Le code des courses aviron indoor annexe 7-3 fera référence.

L'arbitrage sera assuré par l'organisation

Inscriptions :

Sur fichier Excel joint

Par mail sur l'adresse : coach.as1881@gmail.com

Pour un meilleur déroulement des manches merci d'indiquer le temps escompté de chaque rameur.

Date limite d'inscriptions 1er décembre 2022 à 8h.

Le programme des courses vous sera envoyé le 2 décembre par mail

Frais d'engagement :

1€ / rameur -18 ans / pour l'ensemble de la compétition

3€ / rameur +18 ans / pour l'ensemble de la compétition

A Régler par virement bancaire lors de l'inscriptions (voir RIB CD67 joint)

Intitulé « openindoor {club} »

Programme :

Courses par manche de 10 rameurs C2 PM5 gérer par logiciel C2, 24 ergomètres seront à la disposition des rameurs pour l'échauffement.

Course n°1 : J15-J16 F = distance 2000m

Course n°2 : J15-J16 H = distance 2000m

Course n°3 : J17-J18 F = distance 2000m

Course n°4 : J17-J18 H = distance 2000m

Course n°5 : SF (TC+PL) = distance 2000m

Course n°6 : SH (TC+PL) = distance 2000m

Course n°7 : Master F* = distance 1000m

Course n°8 : Master H* = distance 1000m

Course n°9 : Loisir F = distance 1000m

Course n°10 : Loisir H = distance 1000m

Course n°11 : Aviron Adapté « déficit mental » de J13 à Master (H / F) = distance 2000m

Course n°12 : Aviron Adapté « PR1/PR2/PR3 » de J13 à Master (H / F)** = distance 2000m

Course n°13 : Relais (H / F / mixte) de J17 à Master's = distance 2000m distance 2000m (8x250m)

Course n°14 : Relais « intergénérationnel mixte »*** = distance 2000m (8x250m)

*nota1 : Master's les participants à ses courses doivent impérativement avoir 43 ans révolu le jour de la course.

*nota2 : Les participants de la course n°12 doivent avoir leur matériel adapté à leur catégorie d'handicap.

** Nota3 : La course n°14 dit Relais « intergénérationnel mixte » doit être composé d'un rameur Cadet, d'un rameur Junior, d'un rameur Sénior et d'un Master's* chaque rameur doit parcourir au total 500m (2x250m), seul les équipes comprenant 2 femmes et 2 hommes seront pris en compte.