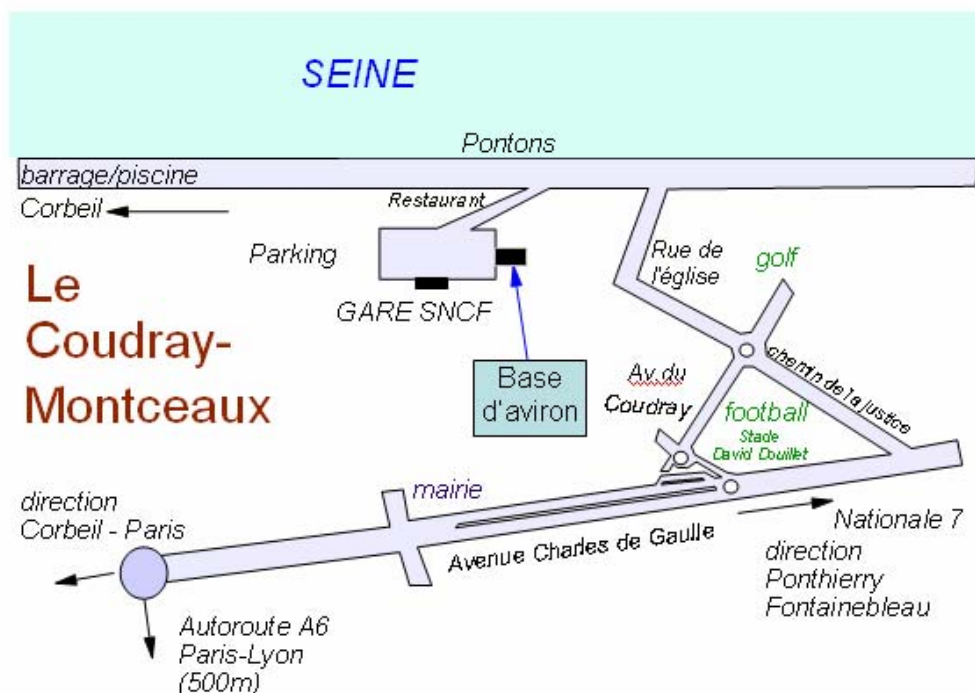


PLAN D'ACCES



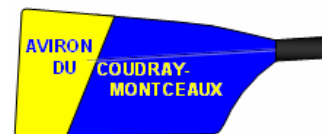
L'Aviron du Coudray-Montceaux, est situé en bord de Seine dans le département de l'Essonne (91), dans la ville Le Coudray-Montceaux

Située à 40 Km au sud-est de Paris, la ville fait parti de la Communauté d'Agglomération Grand Paris Sud. Elle est accessible par l'autoroute A6 (E6) Paris-Lyon et la Nationale 7 (D607).

Un fléchetage "AVIRON" sera installé pour vous aider à parvenir à bon port



La régates est organisée avec le soutiens de François GROS, maire du Coudray-Montceaux, Vice président de la Communauté d'Agglomération Grand Paris Sud .chargé des berges de Seine et des zones d'activités portuaires.



FFA 13-91060

AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX

Association n° W912003114 - Identifiant SIREN : 528 419 633

« Les culs gelés Grand Paris Sud »

23^e GRAND PRIX D'AVIRON

Dimanche 20 janvier 2019

Contre la montre de 25 Km
Le Coudray-Montceaux (91)



Épreuve de Longue Distance
Compétition phare du calendrier
national de la FF Aviron

Label LIFA : « Régalez en Ile de France »

Organisé avec le soutien de la ville du Coudray-Montceaux
et la Communauté d'Agglomération du Grand Paris Sud.



LE GRAND PRIX D'AVIRON

« Les culs gelés Grand Paris Sud »

Introduction

Chaque année en janvier, l'AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX organise un tournoi d'aviron de 25 Km contre la montre, en yolette de couple à quatre rameurs avec barreur (4YX+/C4X+), accessible à tout équipage engagées par leur club, leur Ligue ou leur Fédération. Ce tournoi est nommé « Grand Prix d'aviron - Les culs gelés Grand Paris Sud ».

L'AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX appartient à la Ligue de l'Ile de France d'Aviron. Le club est situé en limite du département de l'Essonne. Il pratique sur la Seine entre Corbeil-Essonne et Melun, sur un bief magnifique de 14Km, traversant la forêt de Rougeaux. La distance aller-retour de 25 Km, lui permet de vous faire découvrir un plan d'eau exceptionnel aux trois lignes droites en forme de "Z" qui peut être suivi en bicyclette.

Règlement général

➤ Conditions de participation

Pour participer au Grand Prix d'Aviron - *les culs gelés Grand Paris Sud*, les équipages hommes ou mixtes hommes/femmes doivent être constitués de rameurs licenciés disposant d'une licence A ou U en cours de validité

Ce tournoi est ouvert aux catégories juniors (J15 à J18), seniors et vétérans. Un équipage junior devra avoir tout ses équipiers dans cette catégorie ; y compris le barreur. Il n'y a pas de différence entre les seniors et les vétérans.

Sont classés par catégorie les équipages hommes, femmes et mixtes formées d'hommes et de femmes.

- Un équipage homme est composé d'au moins quatre rameurs hommes
- Un équipage femme est composé de quatre rameuses. Le barreur s'il est un homme ne devra pas ramer durant l'épreuve
- Un équipage mixte homme et femme est composé d'au moins deux femmes et donc disposer à tout moment d'une femme en position de rameuse.

Le parcours étant chronométré, et compte tenu de la durée de l'épreuve, il est de la responsabilité des clubs participants de présenter :

- des rameurs hommes et femmes confirmés ayant le niveau d'entraînement nécessaire pour effectuer un effort continu sur une durée minimale de trois heures : Brevet endurance 25 Km aviron recommandé.
- des rameurs à jour de leur certificat médical ne contre-indiquant pas la pratique de l'aviron en compétition (Articles L.231.2 et D.231 du Code du sport et règlement médical de la FF Aviron) ou de sur-classement pour les rameurs juniors inscrits dans les équipages seniors.
- des barreaux expérimentés, le parcours pouvant présenter à certains endroits, des difficultés nécessitant une vigilance particulière pour la direction.

➤ Frais d'engagement et récompenses

Une participation financière est demandée aux équipes engagées à ce tournoi. Un équipage est formé de cinq personnes, barreur compris.

Un classement dans une catégorie, ne peut être donné que si au moins deux équipes issues de deux clubs différents ont terminé le parcours. Si ce n'est pas le cas, l'équipage ne sera classé qu'au classement général.

➤ Réunion des délégués de club

Les délégués de club devront se présenter pour retirer les dossards au moins une heure avant le départ de la course. Seuls les clubs ayant réglé leurs engagements pourront récupérer leurs dossards.

➤ Forfait de l'équipe

Aucune pénalité ne sera faite pour le forfait d'une l'équipe engagée.

Tout forfait indiqué avant la réunion des délégués permettra le remboursement des frais d'engagement

Règlement spécifique de course

➤ Identification des équipes

Les équipes se verront attribuer un dossard permettant de les identifier. Ce dossard devra être visible à l'avant du bateau. Il peut être porté ou rappelé sur le dos du rameur situé à la place n°4 du bateau.

➤ Tenue vestimentaire

Les tenues sportives des clubs devront être portées par les rameurs. Cependant, compte tenu des conditions climatiques hivernales, une grande tolérance sera observée.

Les sections corporatives d'un club affilié à la F.F.A. pourront participer sous les couleurs de leur entreprise. Ces couleurs devront être précisées à l'engagement et rappelées à la réunion des délégués.

➤ Ravitaillement

Le ravitaillement des rameurs n'étant pas assuré dans le cadre de l'organisation de l'épreuve, les rameurs doivent se munir de boisson ou autres éléments nutritifs, en accord avec le règlement de la FFA concernant la lutte contre le dopage.

➤ Barreur

Le barreur peut durant l'épreuve devenir un rameur et vice versa. Le changement devra se faire sur l'eau et ne pas gêner les autres concurrents. Le temps nécessaire aux rotations n'est pas neutralisé.

Dans le cas d'une équipe féminine, avec un barreur masculin, si celui-ci relaye, le bateau change de catégorie et devient une équipe mixte hommes et femmes.

➤ Départ

Le départ donné sera un départ lancé. L'équipe qui est prête peut prendre le départ dans les 10 minutes avant ou après de l'horaire qui lui est indiqué. Elle doit confirmer son numéro de dossard aux chronométreurs de départ. Remarque : Prévoir 1/4 d'heure entre la mise à l'eau et la ligne de départ.

➤ Parcours de course

Les équipes devront suivre le parcours qui leur est indiqué sur le plan qui leur sera remis avant le départ. D'une façon générale les équipes naviguent à proximité de la rive située sur leur tribord.

IMPORTANT : Les équipages doivent respecter sous peine de disqualification :

- Les balises spécifiques ayant pour but d'éviter les accidents qu'il faut laisser sur bâbord.
- Passer la bouée de demi-tour
- Laisser le passage quand ils sont remontés

➤ Bateau de course

Seules les yolettes de couple à quatre rameurs avec barreur dont le poids de l'embarcation faisant plus de 65 Kg seront autorisées à concourir.

Compte tenu de la durée de l'épreuve, aucune rotation de bateau entre deux équipes n'est autorisée

Une écope et au moins 1 gilet de sauvetage sont **obligatoires** par bateau.

➤ Chronométrage

Le parcours est chronométré afin de permettre d'obtenir les temps de passage

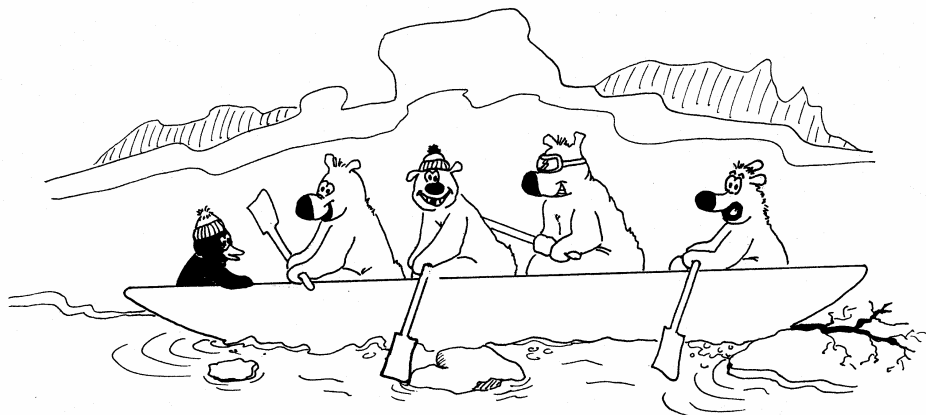
- au pont de Ponthierry aller et retour (10Km et 15Km)
- au point de demi-tour (12,5Km)
- à l'arrivée (25Km)

L'AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX se réserve le droit de demander à une équipe de faire demi tour si du fait de sa faible vitesse de déplacement elle mettait en péril les horaires d'organisation à respecter. Par exemple, s'il faut à cette équipe plus de 1h20 pour rejoindre le pont situé à 10 Km du point de départ.

Correspondant

Monsieur Pascal BEAUSSART, Président de l'AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX
5, route de Saint Germain, Appartement 72, 91100 Corbeil-Essonne.
Téléphone : 06 84 64 44 31 - Email : AvironCoudrayMtcx@free.fr

25 Kms à la rame en contre la montre
LE COUDRAY-MONTCEAUX (91)
20 janvier 2019



Réunion des délégués à 8h00
Briefing et consignes sécurité à 8h30
Mises à l'eau dès 9h00
Compétition de 9h15 à 12h30
Remise des résultats à 13h30
Une buvette est à votre disposition.

GRAND PRIX D'AVIRON
« Les culs gelés Grand Paris Sud »
FICHE D'INSCRIPTION

L'inscription à la régates des Culs Gelés Grand Paris Sud doit obligatoirement être réalisée sur l'intranet fédéral : <http://www.ffaviron.fr/intranet> (à l'exception des rameurs étrangers)
Possibilité d'inscrire des équipages incomplets en cas de mixte de clubs ; chaque club devant faire ses propres inscriptions.

Formulaire à retourner accompagné du règlement de l'inscription avant le jeudi 7 janvier 2019

GRAND PRIX D'AVIRON – Les culs gelés Grand Paris Sud : Dimanche 20 janvier 2019

Nom du club F.F.Aviron.

Couleur des maillots

Couleur des avirons

Nom du délégué Téléphone.....

Adresse électronique

Adresse courrier

Place	Nom et Prénom	Année de Naissance	H	F	Licence
1					
2					
3					
4					
Barreur					

Catégorie du bateau (voir règlement) : Hommes ☐ Femmes ☐ Mixte H/F ☐

En cas d'engagement de l'équipe en tant que « Mixte H/F » l'équipage devra être composé d'au moins deux femmes ; l'une d'elle peut éventuellement barrer durant l'épreuve.

Nombre d'équipes inscrites x 60 € =

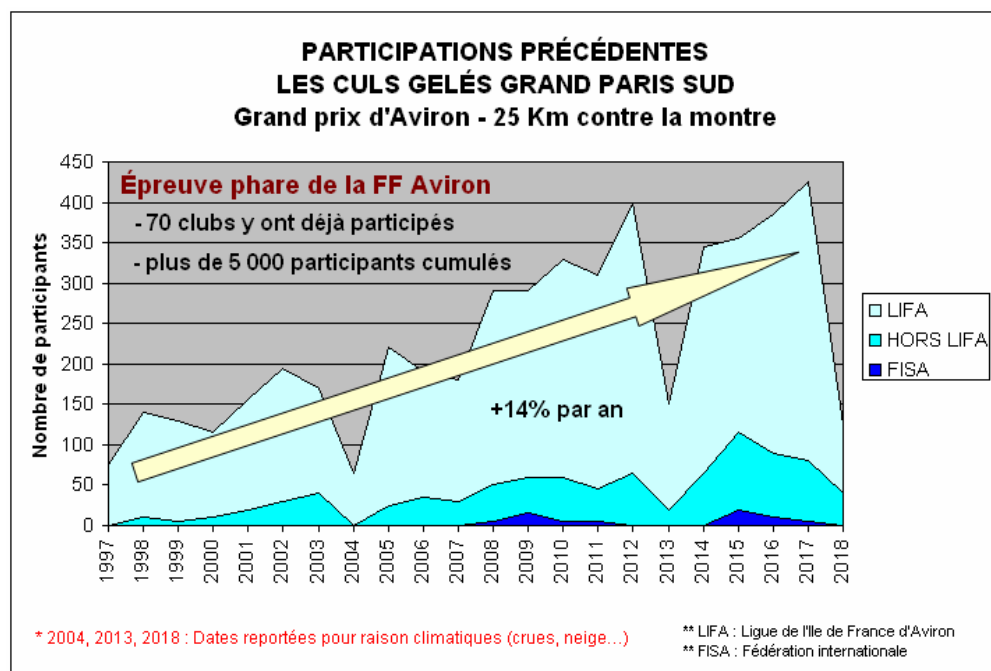
Nombre sac-repas (optionnel) x 6 € =

Paiement par chèque au nom de « Aviron du Coudray-Montceaux » avant le jeudi 7 janvier 2019

Inscription et chèque à envoyer à : Monsieur Pascal BEAUSSART
Aviron du Coudray-Montceaux
5, Route de Saint Germain – Appartement 72
91100 Corbeil-Essonnes

Veuillez recopier ce formulaire pour chaque équipe engagée.

GRAND PRIX D'AVIRON 25 Km contre la montre "Les culs gelés Grand Paris Sud"



✓ Meilleurs chronos

Equipe hommes 1h40'01" réalisé par le C.N. Chambéry Le Bourget en 2017
Equipe féminine 2h07'02" réalisé par le Red Star Club Champigny en 2013
Equipe mixte H/F 1h49'57" réalisé par le Cercle Nautique de Belbeuf en 2006

L'AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX est le club organisateur ; il mobilise une quarantaine de bénévoles pour l'évènement

Tous les résultats précédents peuvent être retrouvés sur notre site internet

<http://AvironCoudrayMtcx.free.fr/CulsGelésGPS>
@AvironCMtx | #CulsGelésGPS

AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX
Base Nautique, Place de la Gare, 91830 Le Coudray-Montceaux
Association n° W912003114 - Identifiant SIREN : 528 419 633

LA SECURITE SUR L'EAU

1 bateau de sécurité = 1 engagement gratuit !

Pour assurer la sécurité sur l'eau durant la compétition, nous offrons **un engagement gratuit** aux clubs mettant à notre disposition durant ce Grand Prix d'Aviron :

✓ 1 bateau de sécurité

et

✓ 2 personnes à son bord, dont une titulaire du permis fluvial

Soit une économie de 60 € sur vos engagements*



Contactez nous à ce sujet

* Cette proposition est limitée aux 6 premiers bateaux de sécurité proposés

Sachez que nous avons obtenu de V.N.F. La modification de l'annexe 3 de notre C.O.T. du domaine public fluvial pour activités et manifestations sportives de la façon suivante :

Vu le nouveau schéma directeur d'exploitation des voies navigables, la compétition d'aviron annuelle dit "Grand Prix d'Aviron – Les culs gelés", se déroulera dans les conditions suivantes :
Organisation de manifestations sur la Seine de PK 129,092 (500 m en amont du barrage du Coudray) au PK 116,500 (commune de Boissise-le-Roi) avec un arrêt de navigation adapté de 09h00 à 11h00 pour les péniches montantes du Coudray-Montceaux et de 10h30 à 12h30 pour les péniches avalantes des Vives-Eaux.

• COT N° 21921800281 valable jusqu'au 31 décembre 2022

La sécurité sur l'eau c'est important !