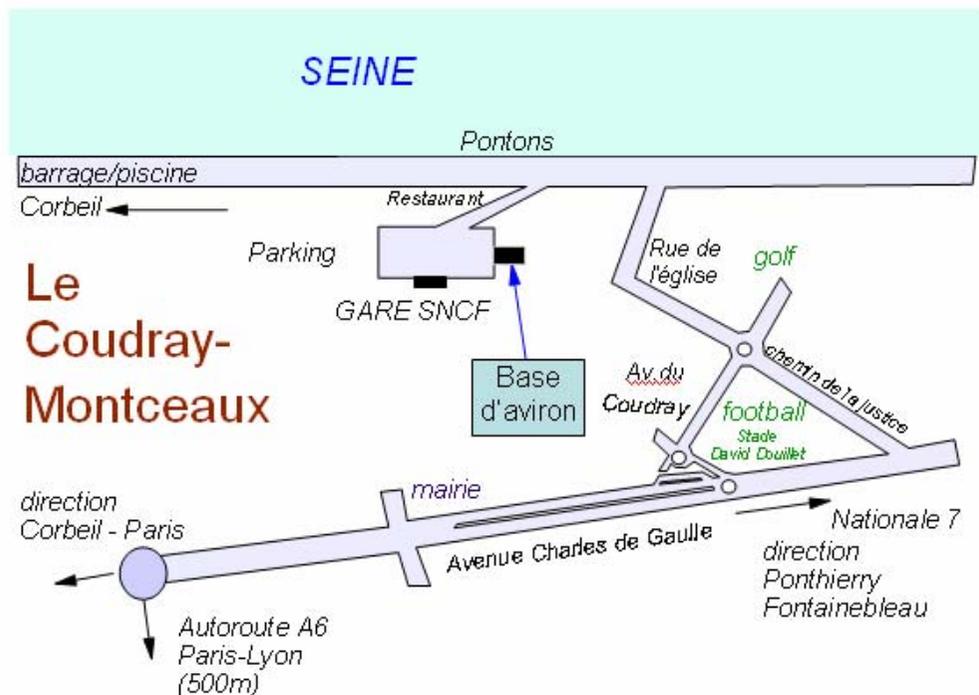


PLAN D'ACCÈS



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) et le RER D (Paris-Melun)

Coordonnées GPS : [Longitude : 2.49286080](#), [Latitude : 48.5664299](#)

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



FFA 13-91060

AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX

Association n° W912003114 - Identifiant SIREN : 528 419 633

« Les culs gelés Grand Paris Sud »

26^e GRAND PRIX D'AVIRON

Dimanche 22 janvier 2023

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 : « Régatez en Ile de France »

Label CNOSF :

développement durable
LE SPORT S'ENGAGE

LE MOUVEMENT SPORTIF

Organisé avec les soutiens de

- La ville du Coudray-Montceaux,
- La Communauté d'Agglomération du Grand Paris Sud
- Le Conseil Départemental de l'Essonne
- L'Agence Nationale du Sport.



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'Île de France d'Aviron. Le club est situé en limite du département de l'Essonne. Il pratique sur la Seine entre Corbeil-Essonnes 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 hommes est composé d'au moins quatre rameurs hommes
- Un équipage femmes est composé de quatre rameuses. Le barreur s'il est un homme ne devra pas ramer durant l'épreuve
- Un équipage mixte hommes et femmes est composé à parité hommes et femmes en position de rameur.

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 barreurs 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.

➤ 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.

➤ Comportements éco-durable

Le ravitaillement des rameurs n'étant pas assuré sur l'eau durant l'épreuve, les rameurs doivent se munir de boissons ou autres éléments nutritifs en accord avec le règlement de la FF Aviron concernant la lutte contre le dopage. Les rameurs devront avoir un comportement respectueux du milieu de pratique en étant responsable de leurs déchets. Ils devront respecter leurs équipiers, leurs adversaires, leur entraîneur ainsi que toutes les personnes qui participent à l'organisation de cet événement.

➤ 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.

Aucun changement de barreur n'est autorisé avant la bouée du second virage située à 8 km du départ

➤ 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. Aucune rotation de bateau entre deux équipes n'est autorisée.

Sont obligatoire par bateau : Un support porte numéro fixé à la pointe avant du bateau. Une écope et au moins 1 gilet de sauvetage pour le barreur

➤ 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 mettrait 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-Essonnes.
Téléphone : 06 84 64 44 31 - Email : AvironCoudrayMtcx@free.fr

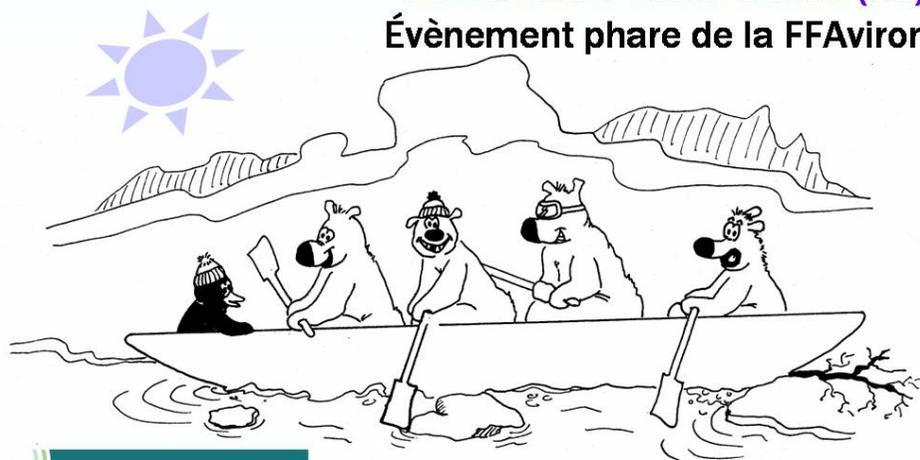
25 Kms à la rame en contre la montre
LE COUDRAY-MONTCEAUX (91)
22 janvier 2023

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

GRAND PRIX D'AVIRON - LES CULS GELÉS

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

Évènement phare de la FFaviron



développement durable
LE SPORT S'ENGAGE

LE MOUVEMENT SPORTIF

@AvironCMtcx | #CulGelésGPS

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
Pensez à réserver vos sac-repas.

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 partir du 17 octobre 2022)

Demandez à votre entraîneur ou à votre responsable sportif de faire vos inscriptions

Attention : il s'agit d'une compétition par suite le certificat médical de non contre indication à la pratique de l'aviron en compétition ou le cas échéant, de sur-classement pour les juniors ramant avec des seniors, en cours de validité doit avoir été renseigné avec la licence.

Les rameurs étrangers licenciés à une fédération respectant le code FISA (World Rowing) pourront faire leurs engagements par mail à l'intention de : avironcoudraymtcx@free.fr

Si une équipe est composée de rameurs licenciés dans plusieurs clubs, vous devez demander au Comité Départemental ou à la Ligue couvrant les différents clubs de le faire pour vous. Possibilité néanmoins pour chaque club concernés d'inscrire des équipages incomplets

Nota : Pour l'inscription d'une mixte Hommes et Femmes, le site fédéral n'accepte l'inscription que lorsqu'au minimum deux femmes sont en position de rameur sur la yolette. Ce qui devra correspondre à la composition de l'équipe au départ et à l'arrivée de la course.

Formulaire pour le règlement de l'inscription à retourner avant le 15 janvier 2023

Nom du club FFaviron.

.....

Nom du délégué Téléphone.....

Adresse électronique

Adresse courrier

.....

Nombre d'équipes inscrites x 75 € =

Nombre sac-repas (optionnel) x 7 € =

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

- Paiement par chèque au nom de « Aviron du Coudray-Montceaux »

ou

- Virement bancaire + notification par mail du virement rappelant le nom du club, du nombre d'équipes et nombre de sac-repas réservés. E-mail : avironcoudraymtcx@free.fr

AVIRON DU COUDRAY-MONTCEAUX

Domiciliation : BPRIVE COUDRAY MONTCEAUX **BIC** : CCBPFRPPMTG

Code Etablissement : 10207 **Code Guichet** : 00122 **N° de compte** : 21213121874 **Clé RIB** : 68

IBAN : FR76 1020 7001 2221 2131 2187 468

Epreuve de longue distance 73 clubs pour 1179 yolettes inscrites depuis sa première édition

Aviron du Coudray-Montceaux
26eme GRAND PRIX D'AVIRON
"Les culs gelés Grand Paris Sud"
25 Km contre la montre
Dimanche 22 janvier 2023 (9h00 - 12h30)

Compétition phare au calendrier national des évènements de la FF Aviron

Epreuve de longue distance associant compétition et passion...
Categories juniors, seniors et vétérans
Aviron féminin, masculin et mixtes hommes-femmes

30 clubs - 400 participants – 50 bénévoles

Grand Paris Sud Seine-Essonnes-Sénart #CulsGelésGPS

développement durable LE SPORT S'ENGAGE LE MOUVEMENT SPORTIF

PARIS 2024

LE FOURNIL ST LEONARD, Les Jardins du Coudray, GARES & CONNEXIONS, SNCF, vnf, AGENCE NATIONALE DU SPORT, FF AVIRON, LE DÉPARTEMENT YVELINES

✓ Meilleurs chronos

Equipe hommes	1h40'01" réalisé par le C.N. Chambéry Le Bourget en 2017
Equipe féminine	2h03'53" réalisé par le Cercle Nautique de France en 2020
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 cinquante bénévoles pour l'évènement

Tous les résultats depuis la première édition peuvent être retrouvés sur

<http://AvironCoudrayMtcx.free.fr/GPAviron>
@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 au club mettant à notre disposition un bateau de sécurité et deux personnes à son bord, dont un titulaire du permis fluvial

- ⇒ 25 € pour le prêt d'un bateau moteur de sécurité
- ⇒ 25 € pour son transport jusqu'au Coudray-Montceaux
- ⇒ 25 € pour un pilote et son copilote durant la compétition

Soit un total de 75 € qui équivalent aux frais d'engagement d'une équipe sur la compétition.

Proposition limitée aux 6 premiers bateaux de sécurité qui nous seront proposés

Les frais d'engagement restent dus mais qui seront compensés par une facture de mise à disposition du bateau de sécurité équipé.



Contactez nous à ce sujet

✓ Les conditions d'arrêt d'éclusage sont les suivantes :

- 9h00 – 11h00 (Bateaux montants depuis l'écluse du Coudray-Montceaux)
- 10h30 – 12h30 (Bateaux avalant depuis l'écluse de Vives-Eaux) au demi-tour

Les obligations faites aux bâtiments naviguant (sauf bateaux d'encadrement et de sécurité) durant toute la durée de la manifestation nautique d'aviron sont :

- ⇒ de rester sur leur tribord dans les courbes avec interdiction de couper les virages
- ⇒ de respecter la limitation de vitesse à 5 Km/h de 9h00 à 12h30
- ⇒ de ne pas doubler (interdiction de trémater)

La sécurité sur l'eau c'est important !