



# LIGUE DU LANGUEDOC-ROUSSILLON DES SOCIÉTÉS D'AVIRON

Montpellier le 11 janvier 2012

## AVANT PROGRAMME

**Objet :** **Contrôle Régional d'Entraînement**  
**Epreuve du chemin de sélection régional pour la Coupe de France MAIF**  
**et le Match des Minimes.**

**Date :** Dimanche 29 janvier 2012

**Lieu :** Club Aviron Mauguio-Carnon – Pont des 4 canaux - 34280 Carnon

**Epreuves :** 10h00 – 2- et 1x Senior/Vétéran et Junior Femme 6000m  
11h00 – 2- et 1x Senior/Vétéran Homme 6000m  
12h00 – 2- et 1x Junior Homme 6000m  
13h00 – 2x et 4x+ Minime Fille 2000m\*\*  
14h00 – 2x et 4x+ Minime Garçon 2000m\*\*  
15h00 – 2- et 1x Cadet Femme 4000m\*\*\*  
16h00 – 2- et 1x Cadet Homme 4000m\*\*\*\*

Ces horaires doivent permettre  
la rotation des bateaux d'une  
épreuve à l'autre

### 9h00: Distribution des numéros aux responsables sportifs

#### Règles de participations :

##### \*\*\*Cadets :

Pour des raisons de sécurité un niveau minimum de maîtrise technique est demandé (Brevet d'Or validé sur Internet FFSA).

##### \*\*Minimes :

Pour des raisons de sécurité un niveau minimum de maîtrise technique est demandé (Brevet d'Argent validé sur Internet FFSA). Les rameurs débutants n'ayant pas ce niveau peuvent participer au Challenge des Jeunes Rameurs le 22 janvier.

Les épreuves en 2x et 4x+ sont ouvertes aux mixtes de clubs, une bourse aux rameurs est mise en place pour faciliter la composition des 4x+ (cf fichier xls d'engagements).

**Engagements :** avant le **dimanche 22 janvier 18h00** sur fichier xls joint à :

[Julien.housset@avironfrance.fr](mailto:Julien.housset@avironfrance.fr)

#### Important :

Je vous rappelle que cette évaluation n'est pas une compétition officielle, il n'y a donc pas de comité d'organisation ni d'arbitre. Les postes de chronométrage et de sécurité seront répartis entre les responsables sportifs des clubs présents.

Merci de faire figurer le nom des cadres disponibles (au moins 1 par club) dans les cases réservées sur la fiche d'engagements.

Julien Housset,  
Conseiller Technique Sportif Régional