

## TÊTE DE RIVIERE DE ZONE SUD-OUEST

6 mars 2016

SAINTE-LIVRADE

La tête de rivière de zone Sud-Ouest se déroulera à Sainte-Livrade le dimanche 6 mars 2016 dans les conditions suivantes :

### Participation :

Tête de rivière en bateaux courts J16, J18, seniors et handi-aviron : épreuves en un de couple et deux sans barreur selon les prévisions de programmes jointes. Les mixtes de clubs sont possibles en deux sans barreur.

### Engagements :

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

Dans le cas de mixtes de sociétés au sein d'une même ligue, contactez votre cadre technique bien avant la date de clôture des engagements.

Pour les mixtes hors ligue, les engagements sont à transmettre à la FFA aux adresses suivantes : [info@avironfrance.fr](mailto:info@avironfrance.fr) et [marie-christine.wesolowski@avironfrance.fr](mailto:marie-christine.wesolowski@avironfrance.fr)

**Les engagements hors délai ne seront pas pris en compte.**

Contact : Charles DELVAL: [charles.delval@avironfrance.fr](mailto:charles.delval@avironfrance.fr) Tél : 06.47.98.69.32

### Calendrier :

- Lundi 15 février 2016 08h00 ouverture des inscriptions sur le site intranet de la FFA.
- Vendredi 26 février 2016 14h00 clôture des inscriptions
- Vendredi 26 février 2016 16h00 consultation des inscriptions sur [www.avironfrance.fr](http://www.avironfrance.fr)
- Mardi 01 mars 2016 14h00 consultation des ordres de départ sur [www.avironaquitaine.fr](http://www.avironaquitaine.fr)

### Dispositions particulières :

Parc à bateaux à Ste Livrade (Garage de l'ASL).

Couloir de remontée sur 6 km jusqu'à Casseneuil.

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

Service médical assuré au Garage de l'Aviron St Livradais.

SECURITE : 6 canots moteurs, service ambulancier et médecin de service.

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

**Hébergement – Repas :** Contacter le club de Sainte-Livrade 05.53.40.38.98 / 06.77.14.80.75

Base Temple sur Lot 05.53.07.08.33

**Réunion des délégués :** Au garage de l'Av. St-Livradais à **9h00.**

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

**Destinataires :** Président des Arbitres, Ligues d'Aquitaine, Poitou-Charentes, Limousin, Midi-Pyrénées.

Michel LAGAÜZERE

Président de la Ligue d'Aquitaine d'Aviron

Christian RATTIER

Président de l'Aviron St-Livradais

**DISCIPLINES**
**Distances de course 6000 m**

<b>Course n°1</b>	2 rameurs en pointe sans barreur 2 rameurs en pointe sans barreur poids légers	<b>SH2-</b> (départ prévu à 10h30) <b>SH2-PL</b>
<b>Course n°2</b>	1 rameur en couple 1 rameur en couple poids légers	<b>SH1X</b> (départ prévu à 11h00) <b>SH1XPL</b>
<b>Course n°3</b>	2 rameuses en pointe sans barreur	<b>SF2-</b> (départ prévu à 11h30)
<b>Course n°4</b>	1 rameuse en couple 1 rameuse en couple poids légers	<b>SF1X</b> (départ prévu à 11h40) <b>SF1XPL</b>
<b>Course n°5</b>	2 rameuses en pointe sans barreur	<b>J16F2-</b> (départ prévu à 12h00)
<b>Course n°6</b>	1 rameuse en couple	<b>J16F1X</b> (départ prévu à 12h15)
<b>Course n°7</b>	2 rameurs en pointe sans barreur	<b>J18H2-</b> (départ prévu à 12h45)
<b>Course n°8</b>	2 rameuses en pointe sans barreur	<b>J18F2-</b> (départ prévu à 13h25)
<b>Course n°9</b>	1 rameur en couple	<b>J18H1X</b> (départ prévu à 13h40)
<b>Course n°10</b>	1 rameuse en couple	<b>J18F1X</b> (départ prévu à 14h05)
<b>Course n°11</b>	2 rameurs en pointe sans barreur LTA	<b>SH2-LTA</b> (départ prévu à 14h36)
<b>Course n°12</b>	2 rameuses en pointe sans barreur LTA	<b>SF2-LTA</b> (départ prévu à 14h38)
<b>Course n°13</b>	1 rameur en couple LTA	<b>SH1XLTA</b> (départ prévu à 14h40)
<b>Course n°14</b>	1 rameuse en couple LTA	<b>SF1XLTA</b> (départ prévu à 14h42)
<b>Course n°15</b>	1 rameuse en couple bras et épaules (3000m)	<b>SF1XAS</b> (départ prévu à 14h30)
<b>Course n°16</b>	1 rameur en couple bras et épaules (3000m)	<b>SH1XAS</b> (départ prévu à 14h32)
<b>Course n°17</b>	1 rameuse en couple bras et corps (3000m)	<b>SF1XTA</b> (départ prévu à 14h34)
<b>Course n°18</b>	1 rameur en couple bras et corps (3000m)	<b>SH1XTA</b> (départ prévu à 14h36)
<b>Course n°19</b>	2 rameurs en pointe sans barreur	<b>J16H2-</b> (départ prévu à 14h50)
<b>Course n°20</b>	1 rameur en couple	<b>J16H1X</b> (départ prévu à 15h20)

**Rameurs poids léger**

Lors des têtes de rivière de zone, seul le poids individuel est limité. Il doit être de 73 kg maximum chez les hommes et 59,5 kg maximum chez les femmes. La moyenne en équipage doit être inférieur ou égale à 72 kg.