

**AVANT-PROGRAMME DE LA TETE DE RIVIERE DE CAEN  
11 NOVEMBRE 2018**

Organisation : Ligue de Normandie, Société Nautique de Caen Calvados, Zone Nord-Ouest.

Chronométrage : assuré par la Zone Nord-Ouest.

Distance : sur 6 000 m pour les J18, seniors (1x, 2-) et para-aviron 1x PR3 (LTA) et 2-PR3 (LTA) et sur 4000 m pour les rameurs handi-aviron en 1x PR1 (AS), 1x PR2 (TA), 1x PR3-ID (LTA-ID).

Parcours : contre la montre, départ de 45" en 45".

Remontée au départ : 6 000 mètres, 50' à 55' 4000 mètres 60' pour les para-aviron

Doublage des bateaux : impossible dans une même catégorie.

Horaires : premier départ à 9 heures (ATTENTION sous réserve).

Licences : ***tous les rameurs devront être licenciés 2019 (certificat médical ou attestation de questionnaire à jour)***

**Ordre des courses :**

1/ Para-aviron 4000m

2/ SH (PL et TC mélangés) et J18H + Para-aviron H 6000m

3/ SF (PL et TC mélangées) et J18F + Para-aviron F 6000m

**Engagements : les engagements se font sur le serveur fédéral, date limite d'engagement mardi 06 novembre 2018 à 14h00**

**RAPPEL : Les poids des rameurs PL ne devront pas dépasser 74 kg pour les hommes et 60 kg pour les femmes.**

Je vous rappelle qu'un droit d'engagement de **6 euros par siège** est exigé. Cet engagement devra être réglé lors du retrait des numéros, de préférence par chèque établi à l'ordre de la S.N.C.C.

Pour les clubs d'Ile-de-France, les droits d'engagement seront directement réglés par la L.I.F.A.

La Présidente de la Ligue de Normandie  
Bénédicte OUVRY

Le Président de la S.N.C.C.  
Daniel TRANSON