

SOCIETE NAUTIQUE DE CAEN
ET DU CALVADOS

LIGUE DE NORMANDIE

AVANT-PROGRAMME DE LA TETE DE RIVIERE DE CAEN
TÊTE DE RIVIERE NATIONALE
08 MARS 2020

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

Chronométrage : assuré par la Zone Nord-Ouest.

Parcours : contre la montre

Remontée au départ : 6 000 mètres, 50' à 55' 4 000 mètres 55' pour les para-aviron PR3-ID, PR2 et PR1

Doublage des bateaux : impossible dans une même catégorie.

Horaires : premier départ à 09 heures 30 (ATTENTION : sous réserve de modification).

Licences : tous les rameurs devront être licenciés 2020 (certificat médical à jour)

Ordre des courses et distances :

J18 – distance de course : 6 000 m	16 SF2- PR3-ID	2 rameuses en pointe sans barreur - aviron adapté dont 1 rameuse aviron adapté et 1 rameuse valide
1 J18F2-	2 rameuses en pointe sans barreur	
2 J18H2-	2 rameurs en pointe sans barreur	17 SH2- PR3-ID
3 J18F1x	1 rameuse en couple	2 rameurs en pointe sans barreur - aviron adapté dont 1 rameur aviron adapté et 1 rameur valide
4 J18H1x	1 rameur en couple	18 SF2x PR3-ID
		2 rameuses en couple - aviron adapté dont 1 rameuse aviron adapté et 1 guide (femme valide) ou 2 rameuses aviron adapté
SÉNIOR – distance de course : 6 000 m	19 SH2x PR3-ID	2 rameurs en couple- aviron adapté dont 1 rameur aviron adapté et 1 guide (homme ou femme valide) ou 2 rameurs aviron adapté
5 SF2-	2 rameuses en pointe sans barreur	
6 SH2- PL	2 rameurs en pointe sans barreur poids léger	
7 SH2-	2 rameurs en pointe sans barreur	
8 SF1x PL	1 rameuse en couple poids léger	PARA-AVIRON – distance de course : 6 000 m
9 SH1x PL	1 rameur en couple poids léger	20 SF2- PR3
10 SF1x	1 rameuse en couple	2 rameuses en pointe sans barreur - jambes-tronc-bras dont 1 rameuse handi et 1 guide (femme valide) ou 2 rameuses handi
11 SH1x	1 rameur en couple	21 SH2- PR3
		2 rameurs en pointe sans barreur - jambes-tronc-bras dont 1 rameur handi et 1 guide (homme ou femme valide) ou 2 rameurs handi
PARA-AVIRON et AVIRON ADAPTÉ – distance de course : 4 000 m	22 SF1x PR3	1 rameuse en couple jambes-tronc-bras (embarcation libre)
12 SF1x PR1	1 rameuse en couple - bras-épaules (flotteurs obligatoires)	23 SH1x PR3
13 SH1x PR1	1 rameur en couple - bras-épaules (flotteurs obligatoires)	1 rameur en couple jambes-tronc-bras (embarcation libre)
14 SF1x PR2	1 rameuse en couple - tronc-bras (flotteurs facultatifs)	
15 SH1x PR2	1 rameur en couple - tronc-bras (flotteurs facultatifs)	

Engagements : à la F.F.A. par INTERNET. Classez vos équipes par ordre de valeur.

Lundi 17 février, 8 heures : ouverture des inscriptions.

Vendredi 28 février, 14 heures : clôture des inscriptions.

Vendredi 28 février, 16 heures : consultation des inscrits sur internet

RAPPEL : Les poids des rameurs et rameuses PL ne devront pas dépasser 73 kg pour les hommes et 59,5 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.

Une caution de 10€ est demandée lors de la récupération des numéros.

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