

III. Championnat de France d'AVIRON INDOOR

II.1. Calendrier

ÉPREUVE	DATES	LIEU	DATE LIMITE DES INSCRIPTIONS
Championnat de France UNSS par Équipe de Collège et par Équipe de Lycée	22 ou 23 janvier 2011	Palais des Sports COUBERTIN PARIS (75)	7 janvier 2011

II.2. Règles générales

Un équipage de Collège ou de Lycée se compose de **4 concurrents** (Garçons ou Filles sans qu'aucune proportion ne soit imposée), licenciés UNSS dans le même établissement.

Une **équipe** est constituée de **2 ou 3** équipages.

II.2.1. Catégories d'âge

Coupe de France des Collèges

nés en 1995 1996 1997 1998 1999

Coupe de France des Lycées

nés en 1991 1992 1993 1994 1995

Mixité possible, dès qu'un Garçon apparaît dans l'équipage, il est considéré comme Masculin.

II.2.2. Épreuves - Distances

2000 mètres

Chaque participant d'un équipage parcourt 500 mètres, le plus rapidement possible.

Le relais doit s'effectuer entre 470 mètres et 530 mètres.

La technique des changements doit être optimale, de façon à perdre un minimum de temps (4 relais au total).

Lorsqu'ils ne rament pas, les membres de l'équipe peuvent tenir les pieds de leur équipier.

Ceci évite de sangler et dé-sangler les pieds à chaque changement d'équipier.

Le principe de ce relais n'est pas seulement de ramer vite mais aussi de se relayer vite car le chronomètre ne s'arrête pas à chaque changement. Les équipiers peuvent courir dans l'ordre de leur choix. Les équipes choisissent librement leur niveau de résistance (niveau 3 recommandé).

II.2.3. Classement

LE CLASSEMENT PAR ÉQUIPE SE FAIT PAR ADDITION DES POINTS OBTENUS PAR CHAQUE ÉQUIPAGE.

Les cas d'égalité sont identiques au Championnat de France Aviron.

II.2.4. 1^{er} Tour : Modalités de Qualification

Les performances sont réalisées au sein des Sociétés d'Aviron ou dans les salles spécialisées sous la responsabilité d'un enseignant EPS.

Ces performances sont saisies en ligne sur le site National de l'UNSS entre le 1^{er} septembre 2010 et **le 7 janvier 2011**.

Les enseignants EPS assurent la « régularité » des saisies, et sont garants de leur réalisation.

Un code d'accès sera attribué à chaque N° d'établissement UNSS.

Une fois ce code d'accès saisi, il suffit de saisir les 4 derniers chiffres de la licence UNSS et la performance.

Chaque saisie et, sous réserve d'un minimum de 4 inscriptions, donne instantanément un classement National.

Adresse :

<http://udb.unss.org/joel/ergo>

jusqu'au 7 janvier minuit

II.2.4. 2^{ème} Tour : Finale Du Championnat de France

Les meilleures équipes de Collèges et de Lycées sont qualifiées pour participer lors de « L'Open Concept 2 » au Palais des Sports Coubertin à Paris à une Finale Nationale.

Un établissement qualifie une équipe et peut faire participer lors de la Finale Nationale qui il souhaite en respectant le nombre de participants du 1^{er} tour.

Dans l'hypothèse où un établissement n'a pas accès à des rameurs « Concept 2 », dans un club d'aviron local (la liste est disponible sur le site <http://www.avironfrance.asso.fr>) ou dans un club de remise en forme proche du Lycée ou du Collège, la société « Concept 2 » (contact@concept2.fr) pourra mettre à disposition aux établissements qui en feront la demande un rameur de la rentrée de septembre au xx février, date de l'Open de Coubertin).

Tout renseignement complémentaire peut être demandé à la Direction Nationale UNSS 01 42 81 55 11

À l'issue du Championnat de France, deux « rameurs » seront offerts au meilleur Collège et au meilleur Lycée.