



le 24 Novembre 2024

Compétition d'aviron indoor ouverte à tous les clubs, sans engagement financier.

ORGANISATION : Assurée par la Yole Hamoise

Contacts : Hannier Matthias 06 67 76 19 14

Bauer Michel 06 41 07 79 52

LIEU : gymnase Marcel Hitz rue du Stade 57970 Basse-Ham

REGLEMENT : Les épreuves seront disputées sous le règlement de la FFA. Les rameurs devront pouvoir justifier de leur identité.

CATEGORIES : Les licences sont celles de la saison 2024-2025. Les catégories présentes seront : Jeunes (J12-J13-J14), Juniors (J15 à J18) et Senior ; elles sont détaillées dans le tableau des courses ci-après. Les licences open sont autorisés (7€)

PARCOURS : 5 000 mètres en individuel et en relais, 1000m Les relais sont composés de 2, 3, 4, voire 5 personnes maximum

- Les Jeunes peuvent réaliser le 1000m individuel ou en relais
- Pour les Juniors et Senior, possibilité de participer au 5000m et à une autre

épreuve de leur choix.

- La mixité est autorisée et entraîne le classement chez les Hommes.
- ASSURANCES : Les Sociétés participantes devront être assurées.
- **ENGAGEMENTS : Ils doivent se faire sur l’Intranet fédéral jusqu’au 18 Novembre 14h00**

Mise en ligne du programme : 21 Novembre - consultation sur l’évènement Facebook dédié : [\(20+\) 5000 m de Basse-Ham ergo | Facebook](#)

- RECOMPENSES : Un prix sera attribué au meilleur équipage dans chaque épreuve et dans chaque catégorie.
- REUNION DES DELEGUES : La réunion des délégués aura lieu 30 minutes avant la 1ere course du matin
- SERVICE DE SECOURS : Croix-Rouge.
- HORAIRE PREVISIONNEL : début des courses : 10h. ouverture des portes 9h15
En fonction du nombre d’engagés, les catégories pourront être regroupées. Des manches pourront être créées au-dessus de 10 engagés par série

10h – séries des 1000 m

11h - série des 1000m en relais

11h45 – Remise des récompenses

13h00 – séries des 5000m et relais

16h20- Récompenses

Tableau des courses

N° de course	Catégorie	Distance
1	<i>Jeunes Femmes</i>	1000 m
2	<i>Jeunes Hommes</i>	1000 m
3	<i>Jeunes –relais mixtes</i>	1000m
4	<i>Individuels handi 1000 femmes</i>	1000 m
5	<i>Individuels handi 1000 hommes</i>	1000 m
6	<i>Relais mixtes handi</i>	1000 m
7	<i>Jeunes 14-18 Femmes</i>	5000 m
8	<i>Jeunes 14-18 Hommes</i>	5000 m
9	<i>Jeunes 14-18 –relais mixtes</i>	5000 m
10	<i>Seniores femmes</i>	5000 m
11	<i>Senior hommes</i>	5000 m
12	<i>Sénior(e)s –relais mixtes</i>	5000 m