

# COGNAC YACHT ROWING CLUB

## Note d'information

### Règlement – Avant programme – Classements – tarifs d'inscriptions

L'évènement sportif intitulé « **Le Marathon de Noël COGNAC 2024** » est organisé par le COGNAC YACHT ROWING CLUB.

**L'édition se déroulera le samedi 21 12/2024 dans la salle polyvalente du COGNAC YACHT ROWING CLUB.**

27 rue Jean Bart – 16100 COGNAC

---

L'épreuve d'aviron indoor, unique sur cette formule, prévoit de réunir plusieurs dizaines de rameurs répartis en équipes de 4, de 2 et en solo **sur les 2 distances du marathon et du semi-marathon.**

Les épreuves se dérouleront de 10h à 18h, par vagues successives, sur trois plateaux.

Les participants à la compétition d'aviron indoor, quel que soit leurs origines, familles, individuels, salariés d'entreprises, usagés de salles de sport, rameurs de club d'aviron, s'affronteront toute la journée sur la distance d'un semi-marathon (21097m) ou d'un marathon (42195m).

## Règlement

### I - Organisation générale du « Marathon de Noël COGNAC 2024 »

1. L'objectif de ce « **Marathon de Noël COGNAC 2024** » est de promouvoir les bienfaits de l'aviron pour la santé au travers d'un défi sportif, **quel que soit l'âge, le sexe et la stature des participants.**
2. Les inscriptions se font sur les supports mis à disposition sur le site

[Cognac Yacht Rowing Club \(aviron-cognac.fr\)](http://aviron-cognac.fr) et enregistrées sur le formulaire numérique dédié.

À partir du 1 novembre 2024 jusqu'au mardi 17 décembre 2024 -12h00 (**sans dépasser une jauge maximum de 60 équipes inscrites**).

3. Pour participer, les pratiquants doivent être licenciés à la FFA **ou produire**, au plus tard le jour de l'épreuve, un Certificat Médical de Non-Contre-Indication (CMNCI) à la pratique de l'Aviron Indoor, ou tout autre sport en Compétition, de moins d'un an (ou de moins de 3 ans avec questionnaire médical récent QS-Sport Cerfa 15699\*01). (Support sur le site FFA).

4. Pour les non licenciés FFA, le CYRC souscrit, pour l'épreuve, une « licence événementielle » d'aviron indoor, incluse dans les frais d'inscription. Cette licence fait bénéficier des garanties souscrites par la FFA à la MAIF
5. Les épreuves d'aviron indoor se déroulent **sur des rameurs Concept2** commercialisés par la **société INCEPT**, partenaire du « **Marathon de NOËL COGNAC 2024** »
6. L'accueil de tous les participants se fait à partir de 08h00 afin de procéder au contrôle des procédures sanitaires (si nécessaire selon protocole en vigueur), des certificats médicaux, le cas échéant, et à la pesée des rameurs PL (susceptibles d'établir des records nationaux ou mondiaux). Il sera remis à chaque participant une fiche de participation à l'évènement et le programme d'engagement des sportifs inscrits, sur lequel figurera le positionnement dans la salle pour chaque équipe engagée.
7. Les premiers départs se feront à partir de 10h 00 et jusqu'à 15h30
8. Le programme des départs de tous les participants sera disponible sur le site [Cognac Yacht Rowing Club \(aviron-cognac.fr\)](http://Cognac Yacht Rowing Club (aviron-cognac.fr)) au plus tard 24h avant l'épreuve.
9. La présence d'arbitres fédéraux permettra, notamment, de valider réglementairement l'ensemble des résultats.
10. Une permanence médicale (médecins) assurera la sécurité de l'évènement sur le lieu de la compétition.
11. L'évènement sportif, autorisé par la Ligue d'Aviron de la nouvelle Aquitaine, est ajouté à son calendrier sportif.

## **II – Organisation des courses sur la distance du semi-marathon (21097m) et du marathon (42195m)**

1. **Chaque distance** pourra être parcourue :
  - En solo, en tandem pour le semi-marathon,
  - En solo, en tandem et en carré pour le marathon.
2. **Pour un modèle unique en France**, un classement général sera établi en fonction de la distance, du type d'équipe (solo, tandem, carré), de l'âge, du sexe et du poids de chaque participant appelé pour la circonstance « **Classement général au temps compensé** ».
3. Des classements intermédiaires au temps compensé en découleront :
  - Par distance
  - En solo, en tandem et en carré
4. **Le classement général au temps compensé** du « marathon de COGNAC » a pour objectif de mettre, pour ce seul évènement, au même niveau de « performance athlétique », tous les participants, en tenant compte **de l'âge, du**

**sexe et de la catégorie de poids de chaque sportif** (et niveau de handicap le cas échéant).

5. Le calcul du temps compensé est effectué en fonction du temps réel réalisé par l'équipe, minoré d'un coefficient (coef A) tenant compte de l'âge, du sexe et du poids de chaque rameur.
6. **Le coefficient 1 (coef A) représente la performance mondiale d'un homme de 19/29ans, TC.**
7. Les coefficients calculés représentent l'écart entre toutes les performances mondiales de chaque catégorie d'âge, de sexe et de poids et la performance de l'homme de 19/29ans TC. ( <https://www.concept2.com/indoor-rowers/racing/records/world> )
8. Le coefficient de 2,10 majore les temps calculés (coef A) sur le semi-marathon.
9. Le coefficient de 1,10 majore le temps calculé avec la moyenne des coefficients (coef A) de 2 rameurs en tandem.
10. Le coefficient de 1.15 majore le temps calculé avec la moyenne des coefficients (coef A) des 4 rameurs en carré
11. Les coefficients seront mis à jour avec les temps mondiaux de référence 15 jours avant la date de compétition. Ils seront affichés le jour des courses.
12. La constitution des tandems et carrés peut ainsi être **multigénérationnelles**. Les équipes peuvent donc être constituées en mixité, de parents, d'enfants, de tous les âges. Les équipes constituées en Entreprises sont les bienvenues.
13. **Un classement open sera aussi établi en homme et en femme en solo sur les 2 distances, à 2 et à 4, en équipes mixtes.**
14. Des records nationaux, en solo, en tandem, ou en carré pourront être homologués dans les conditions réglementées par la FFA. **Seuls les temps réels issus du classement open seront concernés.** [Records Aviron Indoor - FFA \(ffaviron.fr\)](http://ffaviron.fr)
15. **Les épreuves seront accessibles aux personnes atteintes de tous types de handicap(s).** La catégorie reconnue par la FFA devra être notifiée lors de l'inscription pour qu'un coefficient soit calculé sur le même principe déjà énoncé (coef A). *(Sous condition que dans la catégorie de handicap, un record du monde soit établi).*
16. Pour les tandems et carrés : Les courses peuvent être réalisées en groupes composés, d'hommes, de femmes ou être mixte. Les équipes mixtes, doivent faire ramer au moins 1/3 de la distance totale par les femmes.
17. Les catégories d'âge sont établies de la façon suivante :
  - =12 ans
  - 13/14ans
  - 15/16ans
  - 17/18ans
  - Puis par tranche de 10 ans à partir de 19 ans : 19-29, 30-39, 40-49, etc...80/89...) **L'âge pris en compte pour la classification est celui atteint par le compétiteur le jour de la compétition.**

Attention, pour toute homologation de record, **le plus jeune de l'équipe détermine la catégorie d'âge** chez les adultes.

- Les rameurs courant dans une catégorie PL, dans la perspective de l'établissement d'un record, devront obligatoirement se faire peser entre 2h et 1h avant le départ de leur course (soit à partir de 8h00 pour ceux prévus de partir à 10h). Les personnes inscrites dans les catégories PL qui ne se présenteront pas à la pesée ne pourront prétendre à l'homologation d'un record PL. Attention, pour l'homologation d'un record dans des différents formats d'équipe, **le poids le plus élevé déterminera la catégorie de poids (PL ou TC)**. (Exemple, dans un carré, une équipe composée d'un TC et 3 PL, implique une classification de l'équipe en TC)
- PL femme  $\leq 61.5\text{kg}$
- TC femme  $> 61.5\text{kg}$
- PL homme  $\leq 75.0\text{kg}$
- TC homme  $< 75.0\text{kg}$

18. La cérémonie des récompenses aura lieu vers 18h00

## Avant Programme

- 7h30 préparation de la salle
- A partir de 8h00 accueil des marathoniens PL
- 10h 00 Marathon solo
- 10h 15 Marathon tandem (dont entreprises)
- 10h 15 Marathon carré (dont entreprises)
- 10h 45 Semi-Marathon solo
- 11h 00 Semi-Marathon tandem (dont entreprises)
- 13 h 00 Marathon solo
- 13h 15 Marathon tandem
- 13h 15 Marathon carré
- 15h 00 Semi-Marathon solo
- 15h15 Semi-Marathon tandem
- Classement 17h 30
- Remises des trophées 17h30/18h00

## Classements

- ❖ Marathon OPEN temps réel (1<sup>er</sup> de chaque catégorie)
  - Solo Femmes
  - Solo Hommes

- Tandem Femmes
- Tandem Hommes
- Tandem Mixte
- Carré Femmes
- Carré Hommes
- Carré Mixte
- ❖ Semi-Marathon OPEN temps réel
  - Solo Femmes
  - Solo Hommes
  - Tandem Femmes
  - Tandem Hommes
  - Tandem Mixte

❖ **Vainqueur du Trophée « MARATHON de COGNAC au temps compensé**

- ❖ Classements au temps compensé (3 premiers)
  - SOLO Marathon au temps compensé
  - Tandem Marathon au temps compensé
  - Carré Marathon au temps compensé
  - SOLO Semi-Marathon au temps compensé
  - Tandem Semi-Marathon au temps compensé
- ❖ Classement spécial « Entreprises »
- ❖ Classement spécial aviron santé

#### TARIFS

- Rameur seul FFA : 20€
- Rameur seul non FFA (licence individuelle) : +6€
  
- Tandem FFA : 30€
- Tandem (licence individuelle) : +6€ par rameur non FFA
  
- Carré FFA : 40€
- Carré (licence individuelle) : +6€ par rameur non FFA
  
- Forfait entreprise partenaire par équipe solo, tandem ou carré >=250€ (y c licences individuelles)