

NOTE INFORMATION LIGUE RHÔNE ALPES D'AVIRON

Directeur publication : A Waché, président de la Ligue Rhône Alpes d'Aviron
 Communication : D. Pedrinis / Mise en page : A. Quoëx / Participation : J-L Moreau



SOMMAIRE

Rectificatif photo du 2+H...P 01
 Championnat d'Europe.....P 01
 Trentenaire Lac des Sapins.P 02
 Vacances Scolaires 09-10.P 02
 Rando-Aviron 2010.....P 02
 Médaille d'Argent J et S.....P 02
 Les guêpes au CN Divonne.P 02
 J-C Rolland réélu à la FISA.P 03
 Régate de Montriond.....P 03
 Randonnée des Roselières.P 03
 Ministère Santé et Sports...P 04
 Défibrillateur.....P 05 et 06
 4 étapes "sauver une vie"..P 06

Les manifestations d'Octobre :

- Samedi 3 Octobre : " Isère EDF Trophy " à Grenoble
- Dimanche 4 Octobre : Circuit des Iles à l'AUNL et Chpt CD 42 à St Paul Cornillon
- Dimanche 11 Octobre : Coupe Rhône Alpes d'Automne à Meyzieu
- Dimanche 11 Octobre : Randonnée du Lac d'Annecy, organisée par le CSAV Aviron
- Samedi 17 et Dimanche 18 Octobre, TERA à Aiguebelette
- Mercredi 24 Octobre, Aviron de Bronze au CD 69 à l'AUN Lyon

RECTIFICATIF : Une erreur de photo dans le N° 38, spécial Championnat du Monde, s'est produite. La photo du 2+ Homme, étant celle du 2- Homme. Ci-dessous la bonne photo du 2+ Homme; Benjamin LANG et Sébastien LENTÉ, le barreur Benjamin MANCEAU, qui terminent **5^{ème} en finale A**. André Quoëx s'excuse auprès des rameurs. L'erreur s'est produite lors du PDF, le document original était avec la bonne photo. AQ



Championnat d'EUROPE

18/20 Septembre
 BREST (Biélorusse)

Historique

Les premiers Championnats européens se sont déroulés sur le Lac d'Orta (Italie) en 1893, un an après la constitution de la Fédération Internationale d'Aviron (FISA). Tenus presque chaque année pendant les quatre-vingts ans suivants, les derniers Championnats européens ont eu lieu à Moscou en 1973, avant que la décision de rétablir l'événement soit prise en mai 2006.

Le rétablissement des championnats d'Europe d'aviron est dû à la densité de l'aviron en Europe ainsi qu'à la demande croissante des pays concernés.

Ces championnats sont ouverts aux seules Fédérations nationales européennes, membres de la FISA, plus Israël, soit 43 Fédérations.

La Fédération Française des Sociétés d'Aviron a engagé

- 5 bateaux Homme :
 le 4-PL avait 12 engagés, le 2xPL 15 engagés
 le 2- 13 engagés, le 1x 19 engagés et le 8+ 9 engagés.
- 2 bateaux Femme :
 le 8+ avait 7 engagés, le 2xPL 11 engagés.

20 rameurs (18 rameurs et 2 remplaçants) dont 4 rameurs (20 %) sont de la ligue Rhône Alpes d'Aviron : **DUFOUR Frédéric**, AUN Villefranche, **MOUTTON Nicolas**, Thonon CA, **SOLFOROSI Franck**, Lyon AUN, **TILLIET Fabien**, Annecy CN.

11 rameuses dont 2 rameuses (18 %) sont de la ligue Rhône Alpes d'Aviron : **GULLY Nadia**, AV. Grenoble, **RIALLET Marion**, CS Annecy-le-Vieux.



Carton plein avec les 7 bateaux sur 7 en finale A, 1 bateau médaillé d'Or, 3 bateaux médaillés de Bronze, un à la 5^{ème} place et deux à la 6^{ème} place.

Résultats :

- 2- Homme : France 3^{ème} en finale AB
- 1x Homme : France 5^{ème} en finale A
 avec **DUFOUR de Rhône Alpes**
- 2xPL Femme : France 6^{ème} en finale A
- 2xPL Homme : France 3^{ème} en finale A
- 4-PL Homme : France 1^{er} en finale A
 avec **TILLIET et SOLFOROSI de Rhône Alpes**
- 8+ Femme : France 6^{ème} en finale A
 avec **RIALLET et GULLY de Rhône Alpes**
- 8+ Homme : France 3^{ème} en finale A
- Remplaçant PL : **MOUTTON de Rhône Alpes**

Infos sites FISA-FISA fait par André Quoëx 4_PLH : Photo FFSA Igor Meyer



Situé dans le canton de Cublize, le Lac des Sapins est logé dans un trou de verdure au milieu d'une zone comme son nom l'indique, couverte de sapins.

Plan d'eau géré sous l'égide du Conseil Général du Rhône, avec ses 1200 m de longueur, il attire un nombre public des environs, voire même de Lyon.

Des Lyonnais qui n'hésitent pas à faire le déplacement pour respirer l'air de ce site très agréable.

Si il était déjà connu de l'aviron, ce plan d'eau était jusqu'alors utilisé ponctuellement pour des stages.

En 2008, le CDAR lançait avec l'appui du Conseil Général, l'opération "*Rhône vacances*"; opération renouvelée en 2009 avec l'accueil de plus de 600 jeunes.

L'anniversaire du plan d'eau a permis de conforter cette présence sur le lac. Une équipe du Comité directeur du CDAR était donc présente à cette manifestation avec ses 10 planches à ramer pour faire découvrir à un plus large public notre discipline, et avec le concours, le samedi, du Comité de la Loire, proche voisin du site.

Près de cent personnes se sont risquées à voir sous un autre angle, leur lac, et l'engouement a été certain.

Si bien que le projet de création d'une structure permanente est née. Une dizaine de personnes sont prêtes à relever le défi.

Très probablement, nous verrons donc bientôt un nouveau club dans le CD 69.

Comité Départemental d'Aviron du Rhône

Vacances Scolaires 2009-2010

Zone A : Caen, Clermont-Ferrand, Grenoble, Lyon, Montpellier, Nancy-Metz, Nantes, Rennes, Toulouse.

Zone B : Aix-Marseille, Amiens, Besançon, Dijon, Lille, Limoges, Nice, Orléans-Tours, Poitiers, Reims, Rouen, Strasbourg.

Zone C : Bordeaux, Créteil, Paris, Versailles.

Zone	A	B	C
Toussaint	du Samedi 24 Oct au Jeudi 5 Nov 2009		
Noël	du Samedi 19 Déc au Lundi 4 Janv 2010		
Vacances d'Hiver	du 13 Février au 1er Mars	du 6 Février au 22 Février	du 20 Février au 9 Mars
Vacances de Printemps	du 10 Avril au 26 Avril	du 3 Avril Au 19 Avril	du 17 Avril au 3 Mai
Vacances d'Été	Vendredi 2 Juillet 2010		

Inscriptions pour les Randon'Aviron EDF 2010

ATTENTION vous avez jusqu'au vendredi 16 octobre 2009 pour enregistrer votre candidature et transmettre à la FFSA les documents complémentaires.

Nous apprenons du Ministère de la Santé, de la Jeunesse et des Sports l'attribution de la médaille d'Argent au titre de la promotion du 14 Juillet 2009 au Docteur Jean DURAND-BAILLOUD, ancien médecin de la Ligue Rhône Alpes d'Aviron.



Le président, le comité directeur, la ligue Rhône Alpes des Sociétés d'Aviron, lui présentent leurs chaleureuses félicitations. AQ

Quand les guêpes se piquent d'aviron...

A l'occasion de son stage préparatoire aux championnats du monde d'Antalya en Octobre, l'équipe de France féminine d'épée s'est essayée à l'aviron le mercredi 19 Août sur le lac de Divonne, déposant un instant leurs armes pour prendre les rames.

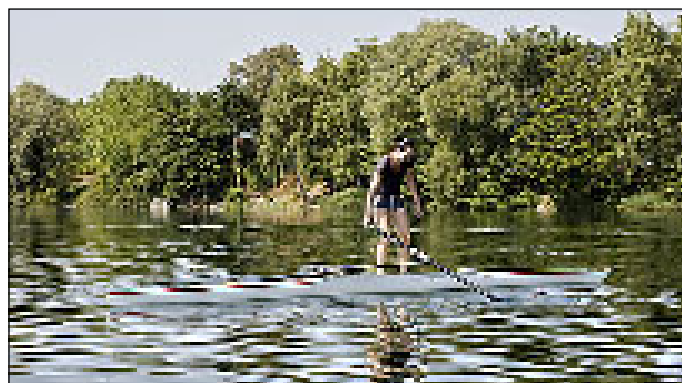
Laura Flessel et ses camarades se sont d'abord initiées en bateau individuel sous la houlette du président du Club Nautique, Jacques Levasseur, accompagné de Véronique Nosbaum et de Renée Rosnoblet, et sous l'œil attentif du député-maire Etienne Blanc, ancien rameur du CA Lyon.

Très vite, le mouvement était assimilé, permettant aux jeunes femmes d'apprécier la glisse de leur bateau sur un lac-miroir. Quelques téméraires se sont essayées à des acrobaties ne figurant pas au programme et dont elles se sont admirablement sorties.

Souhaitant expérimenter la dimension collective de l'aviron, les plus courageuses ont conclu la matinée par une sortie en yolette. Les escrimeuses ont déclaré apprécier particulièrement la pratique en pleine nature, ne connaissant jusqu'alors de l'aviron que les séances d'ergomètre de leur programme de préparation physique.

L'encadrement du Club Nautique de Divonne les remercie de leur sympathie et de leur bonne humeur et leur souhaite bonne chance pour Antalya.

Jacques Levasseur,



Jean-Christophe ROLLAND

réélu au comité exécutif de la FISA

Après le championnat du monde qui s'est déroulé à Poznan, la FISA a tenu son congrès ce lundi 31 août. Jean-Christophe Rolland a été réélu pour son deuxième mandat de membre du conseil du comité exécutif de la Fédération internationale.

Suite à sa brillante carrière sportive, il a été désigné président de la commission des athlètes de la FISA, responsabilité qu'il exerce encore.



Randonnée des Roselières

Un bien bel anniversaire



10^{ème} édition

JUILLET 2009



La 10^{ème} édition de la Randonnée des Roselières organisée par l'Aviron du Sud Grésivaudan a connu un vif succès. Ce ne sont pas moins de 153 rameurs (*un record*) cette année, venus de 25 clubs des différentes ligues de France : Rhône Alpes, Alsace, Poitou Charente, Languedoc, Franche Comté, Lorraine et Provence, qui furent accueillis.

Baucoup de fidèles comme l'Aviron Grenoblois, le Cercle de l'Aviron de Lyon, l'Aviron Romanais Péageois, le Club des Sports d'Annecy le Vieux étaient arrivés en force, d'autres étaient venus de très loin comme le club de Cognac ou la Yole Hamoise de Moselle.

Les conditions hydrologiques étaient excellentes ce dimanche 5 juillet et les meilleurs mirent moins de deux heures pour boucler le parcours sur l'Isère et la Bourne entre les communes de la Sone et Saint Nazaire en Royans.

Tous les rameurs furent enchantés de découvrir le temps d'une matinée ensoleillée, l'une des plus riches réserves ornithologiques de Rhône Alpes, avec ses zones de tufières et de roselières.

Cette grande fête de l'Aviron s'est achevée par un chaleureux repas qui a réuni plus de 180 convives (*rameurs, accompagnateurs, bénévoles/organisateurs*).

Le club remercie les partenaires qui l'ont soutenu tout le long de ce projet : la FFSA, l'EDF, le Conseil Général de l'Isère, les Clubs de Fontaine, du Lac Bleu, de l'Aviron Romanais Péageois sans que cette opération n'aurait pu être menée à bien.

Jean-Luc Amalbert; Président



Cette régata festive était organisée par l'Aviron Thonon sous l'égide du Comité Départemental 74.

Son but est de promouvoir l'aviron dans la région du Léman où l'aléa météorologique ne permet pas d'envisager de grands rassemblements.

Entre Léman et Mont-Blanc; au coeur de la vallée d'Aulps; domaine des Portes du Soleil Montriond/Morzine/Avoriaz.

Le plan d'eau et une partie des infrastructures ont été mises à disposition par la Municipalité de Montriond. En remerciement les organisateurs ont pris l'engagement de respecter ce merveilleux environnement.

Samedi 25 courses se sont déroulées avec le soir barbecue pour tous sur les bords du lac.

Dimanche, course "Macédoine" et Match Racing en 4YX, sur 500 m, les équipages ont été tirés au sort, *Loisir, Master, Senior, Junior, Cadet, Minime (homme/femme)*.

Cette régata festive a été une fête pour les amis de la nature, de la montagne et de l'eau et cette année les organisateurs et rameurs ont été gâtés par l'eau.

Source CA Thonon, AQ

INFORMATION



MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SPORTS SECRÉTARIAT D'ÉTAT AUX SPORTS

DIRECTION DES SPORTS

Paris, le 28 août 2009

LA MINISTRE DE LA SANTE ET DES SPORTS

à

Mesdames et Messieurs les PRÉSIDENTS de FÉDÉRATION
Mesdames et Messieurs les MÉDECINS
PRÉSIDENT de la COMMISSION MEDICALE

Objet : Grippe A (H1N1)v - Rappel des règles de mise en œuvre des mesures de prévention et de protection prévues par le plan national de prévention et de lutte « pandémie grippale » et ses fiches annexes*

Dans le contexte sanitaire actuel d'extension de l'épidémie de grippe A (H1N1)v et afin de mettre en place des mesures de prévention en cohérence avec le dispositif gouvernemental, le ministère de la santé et des sports compte sur votre contribution pour limiter la propagation du virus chez les sportifs et leurs encadrants en respectant les consignes énoncées par le plan national de prévention et de lutte « pandémie grippale » et ses fiches annexes.

Il convient d'adapter vos actions aux différentes phases de la pandémie (situation de risque, période d'alerte et période de pandémie) conformément aux instructions en vigueur du ministère chargé de la santé que vous retrouverez sur le site Internet du ministère (www.sante-sports.gouv.fr). Je vous invite en conséquence à consulter régulièrement ce site ainsi que celui de l'institut de veille sanitaire (www.invs.sante.fr).

Dans ces conditions, je vous demande de sensibiliser les sportifs et leur encadrants aux mesures de prévention en leur rappelant les règles d'hygiène à respecter y compris sur le terrain et dans les vestiaires et en les informant des gestes et des comportements qui limitent la transmission de la grippe. Vous disposez d'un ensemble de supports de communication téléchargeables mis en place par le ministère de la santé et des sports et l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (Inpes) disponibles sur les sites suivants : http://www.pandemie-grippale.gouv.fr/article.php3?id_article=623 ou (<http://www.santé-sports.gouv.fr/grippe/recommandations-pour-vos-patients/recommandations-pour-vos-patients.html>).

En ce qui concerne la survenue de cas groupés, la conduite à tenir ainsi que leur signalement doivent respecter le protocole de signalement et d'investigation des clusters de grippe A (H1N1) édité et mis à jour régulièrement par l'Institut de veille sanitaire (Invs). (http://www.invs.santé.fr/surveillance/grippe_dossier/docs_professionnels/méthodologie_surveillance_grippe_190809.pdf).

Je vous rappelle que la reprise des entraînements ou des compétitions des sportifs qui ont contracté la grippe ne sera envisagée qu'après avis médical et en dehors de tout épisode hyperthermique.

Dans un souci de bonne coordination, je vous demande d'informer la direction des sports de révélation de la situation épidémique dans la population de sportifs qui relève de votre fédération, notamment des cas graves ou qui ont nécessité une prise en charge particulière.

Je compte sur votre diligence pour permettre la meilleure maîtrise de la propagation du virus A (H1N1)v chez les sportifs.

Une étude confiée à l'INSERM en 2004, et dont les premiers résultats ont été rendus public en novembre 2007 a montré une sensibilité particulière des sportifs au risque de mort subite d'origine cardiaque.

Dans la période de l'étude 350 décès ont été enregistrés, 45% étant survenus sur un terrain de sport. Le taux de récupération est de 2% sans choc électrique, et de 22% en cas d'utilisation d'un défibrillateur !

Cette étude montre donc l'utilité de disposer de tels appareillages sur les terrains de sport, pour améliorer le taux de survie en cas de survenue d'un arrêt cardiaque.

Quelques explications permettent de comprendre l'intérêt et le mode de fonctionnement de ces défibrillateurs.

I) Arrêt cardiaque par fibrillation ventriculaire

Le coeur est une pompe constituée par un tissu particulier : le myocarde qui se contracte pour propulser le sang dans le système circulatoire sous l'influence d'un signal électrique qui provoque sa contraction, dite pulsatile.

L'arrêt cardiaque peut avoir trois mécanismes :

- Une **tachycardie ventriculaire** le coeur battant à 200 pulsations par minute, voire plus, n'est plus à même d'envoyer une quantité de sang suffisante à chaque pulsation, ou une **fibrillation ventriculaire** (battement extrêmement rapide et désordonné à 300 ou 400 pulsations par minute) se traduisant par une sorte de tétanisation du myocarde, rendant quasi inefficace la fonction pompe.

- Une **asystolie** correspondant à une pause prolongée de causes diverses par privation d'oxygène du muscle cardiaque par exemple.

- Une **dissociation électromécanique (DEM)**, ou activité électrique sans pouls : le coeur conserve une activité électrique quasi-normale mais n'a plus aucune efficacité mécanique. Cette dissociation se produit lors de plaies cardiaques, d'hémorragies importantes, de rupture du myocarde, après un gros infarctus par exemple, d'un hématome comprimant le coeur...

Le défibrillateur n'a d'intérêt que dans le premier cas !

Il faut donc diagnostiquer la fibrillation, ce qui peut être fait par un médecin en réalisant un électrocardiogramme, ou bien de manière automatique par un défibrillateur semi-automatique (DSA) ou un défibrillateur entièrement automatique (DEA).

II) Principe de la défibrillation

Pour provoquer la contraction efficace du myocarde, il faut un signal électrique périodique, de fréquence basse (celle du pouls, c'est-à-dire entre 50 et 180 impulsions par minute). Lors de la fibrillation au contraire, le muscle cardiaque est parcouru par un signal électrique à fréquence rapide non synchrone qui cesse rarement spontanément et ne permet pas la contraction efficace du coeur.

La défibrillation consiste à délivrer un choc électrique bien calibré, afin de resynchroniser les contractions des fibres du myocarde et permettre au coeur de battre normalement à nouveau.

Si le geste de défibrillation est trop tardif, alors que le tissu cardiaque n'est plus vascularisé il va cesser toute activité !

C'est pourquoi le fait de pratiquer une réanimation par bouche-à-bouche et compressions thoraciques prolonge les chances de réussite de la défibrillation, le coeur étant oxygéné, il pourra se contracter dès la fin du processus de fibrillation.

Si au moment du malaise cardiaque, il y a plusieurs personnes, l'une doit appeler les secours, une autre réalise la réanimation par bouche-à-bouche et compressions thoraciques, une troisième apporte et met en place le défibrillateur automatique. Si on est seul la situation est plus difficile à gérer !

Il reste donc recommandé dans tous les cas de pratiquer la réanimation classique, en alternant compressions thoraciques et ventilation artificielle, après avoir rapidement alerté les secours.

III) Intérêt du défibrillateur automatisé

Les chances de survie baissent de 10% environ par minute écoulée depuis la perte de connaissance de la victime. Le temps nécessaire pour l'arrivée des secours et leur mise en place, ne permet d'obtenir aujourd'hui qu'un taux de survie de 4 à 5%.

De nombreuses études ont démontré que lorsqu'un défibrillateur est accessible sur place en moins d'une minute, les chances de survie passent à plus de 50%.

Il est possible parfois sans formation d'utiliser un défibrillateur automatisé externe si l'interface utilisateur explique bien, étape par étape, les gestes à accomplir. Une formation est toutefois souhaitable pour une utilisation optimum et en même temps permettre de se familiariser aux gestes de réanimation cardio-pulmonaire complétant utilement l'utilisation des défibrillateurs.

IV) La situation en France

L'utilisation du défibrillateur est comprise dans la formation aux premiers secours du grand public (PSC1), d'une durée de dix heures environ. Elle est aussi au programme du PSE1, la formation de base des secouristes qualifiés, indispensable pour devenir secouriste associatif, pompier ou nageur sauveteur, ainsi que de l'AFGSU, la formation de secourisme des personnels médicaux..

Depuis le Décret n° 2007-705 du 4 mai 2007 relatif à l'utilisation des défibrillateurs automatisés externes



par des personnes non médecins et modifiant le code de la santé publique, « Toute personne, même non médecin, est habilitée à utiliser un défibrillateur automatisé externe répondant aux caractéristiques définies à l'article R. 6311-14 ». (Art. R. 6311-15). L'article R. 6311-14 faisant partie du même décret, spécifiant « Les défibrillateurs automatisés externes, qui sont au sens de la présente section les défibrillateurs externes entièrement automatiques et les défibrillateurs externes semi-automatiques, sont un dispositif médical dont la mise sur le marché est autorisée suivant les dispositions du titre Ier du livre II de la partie V du présent code ».

Depuis le 4 mai 2007, tout citoyen français est donc autorisé à utiliser un défibrillateur automatisé externe.

En conclusion

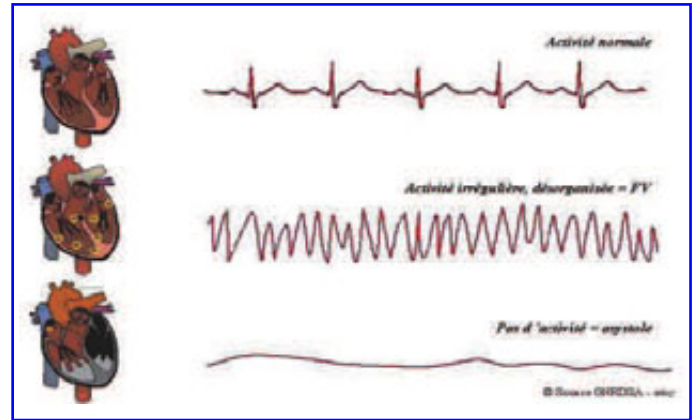
Les défibrillateurs automatiques de premiers secours ont déjà permis de sauver de nombreuses vies à travers le monde dans des lieux publics très divers tels que gares, aéroports, centres commerciaux, hôtels, etc...

Les intervenants sont variés, qualifiés ou non qualifiés, n'ayant aucune connaissance en soins médicaux ou paramédicaux.

Dans le milieu sportif on a montré, la sensibilité particulière des sportifs aux accidents cardiaques. Il s'agit le plus souvent de sujets jeunes qui guériront sans séquelles d'un malaise, qui aurait pu être fatal, si on dispose dans les minutes qui suivent le malaise cardiaque d'un défibrillateur automatisé.

Des crédits sont prévus par les ministères pour acheter de tels équipements et le CROS Rhône-Alpes vous aidera pour les formations si vous le souhaitez !

Docteur Paul CHAUVOT



Les quatre étapes pour sauver une vie

1 VÉRIFIER LA RESPIRATION

La victime est allongée. Vérifier si elle est consciente et si elle respire. Approchez votre joue de sa bouche pour voir s'il y a un souffle et guettez les mouvements de son ventre. Le défibrillateur ne sera utilisé que si la personne ne respire pas. Appelez le 15 (Samu) même si vous êtes à côté d'un défibrillateur.



2 PLACEZ LES ÉLECTRODES

Le torse de la victime doit être nu. Allumez le défibrillateur en appuyant sur le bouton vert « ON » puis suivre les consignes. Poser les deux électrodes reliées à un câble, l'une à droite du thorax entre la clavicule et le mamelon, l'autre à gauche, en dessous de l'aisselle puis branchez le câble à la machine.



4 RÉALISEZ UN MASSAGE CARDIAQUE

Une fois le choc délivré, la machine peut solliciter une RCP (réanimation cardio-vasculaire), autrement dit un massage cardiaque. Attention, ne pas enlever les électrodes. Les deux mains au milieu de la poitrine, compressez jusqu'à l'arrivée des secours. Régulièrement l'appareil peut demander d'arrêter afin d'envoyer un nouveau choc.



3 SUIVEZ LES INSTRUCTIONS

L'appareil analyse automatiquement le rythme cardiaque. Si le coeur dysfonctionne, il peut vous demander de déclencher un « CHOC » une décharge électrique, en appuyant sur le bouton rouge du défibrillateur. A ce moment, ne touchez pas la victime.

Texte : Vincent Mongaillard
Photos : LP/Frédéric Dugit
Mise en page : André Quoëx