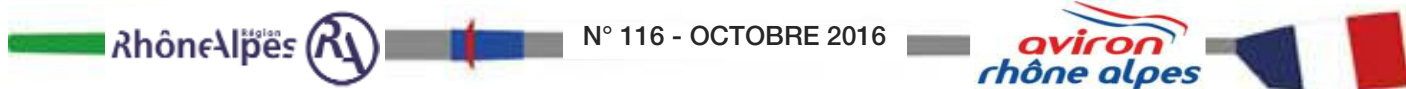


Note d'information

LIGUE RHONE ALPES D'AVIRON

Directeur de la publication : Daniel Pédrinis, président Ligue Rhône-Alpes d'Aviron
Communication : Daniel Pédrinis, André Quoëx - Mise en page et Scans sont d'André Quoëx



Jean-Christophe Rolland prépare l'aviron de demain



Photo : D.R.

Une page se tournera bientôt pour l'aviron mondial...

Aux Jeux de Rio, en première semaine, la discipline a vécu sa dernière campagne olympique dans son programme et sa configuration actuels. Dans quatre ans, aux Jeux de Tokyo, elle présentera un autre visage. Jean-Christophe Rolland le sait. Le président de la Fédération internationale d'aviron (FISA), élu en septembre 2013 pour succéder au Suisse Denis Oswald, explique : « 2020 va transformer les Jeux. Le programme ne sera plus bâti autour des sports, mais des épreuves. La commission exécutive du CIO va décider, en juin 2017, des disciplines présentes à Tokyo 2020. Pour l'aviron, le statu quo n'est pas envisageable. Nous devons proposer au CIO une nouvelle formule plus en accord avec la nouvelle donne. »

Pour l'aviron, le statu quo n'est pas envisageable.

Le Français a déjà pris les devants. Il a lancé, deux ans en arrière, un long proces-

sus de réflexion sur l'avenir de l'aviron, engageant les fédérations nationales à proposer idées et initiatives. Un Congrès extraordinaire, prévu en février prochain à Tokyo, doit modifier une règle des statuts de la FISA pour confier à son Conseil l'autorité sur le programme olympique. Il lui reviendra ensuite de faire passer au CIO sa proposition avant le mois de juin 2017.

Seule certitude : les Jeux de 2020 verront un nombre égal de courses chez les hommes et les femmes. « A Rio, nous avons 8 épreuves masculines et 6 pour les féminines, détaille Jean-Christophe Rolland. A Tokyo, nous respecterons la parité avec 7 titres pour chacun des deux sexes. » Pour le reste, rien n'est acquis et tout est possible. Mais une tendance se dégage : une réduction du nombre d'épreuves pour les poids légers.

Le président de la FISA explique : « Le CIO ne veut plus de catégories de poids en dehors des sports de combat. Il souhaite passer de trois épreuves poids légers à zéro. Nous allons essayer d'en sauver deux. » Le nombre de rameurs aux Jeux, actuellement établi à 550, pourrait également être réduit.

Jean-Christophe Rolland en a conscience : l'avenir de l'aviron se dessine aujourd'hui. « Nous avons intégré très tôt l'Agenda 2020 dans notre stratégie, explique le Français, champion olympique en deux sans barreur aux Jeux de Sydney en 2000. Nous travaillons actuellement sur le programme des Jeux de Tokyo 2020, mais il est probable que nous serons désormais obligés de nous adapter de façon constante à l'évolution des Jeux. » Un mouvement perpétuel.

Championnats du Monde Juniors, U23 et Handi - Rotterdam

Championnats du Monde juniors, U23 et embarcations seniors non-olympiques ont eu lieu du 21 au 28 août à Rotterdam aux Pays-Bas. 21 bateaux engagés, 56 rameurs (es) pour l'équipe de France. La ligue Rhône Alpes d'Aviron 10 bateaux, 18 rameurs (es) soit 32 % du collectif.

Collectif U23 de la Ligue Rhône Alpes

Secteur HTC :

4x U23 : Maxime Ducret (CA Evian) • 8+ U23 : Ondra Zeman (Aviron Grenoblois) • 4+ U23 : Hugo Laborde (Aviron Grenoblois) / Adrien Vuagnoux (Chablais Aviron Thonon) • 2+ SA NO : Benoit Demey (Cercle Nautique d'Annecy) • 4- U23 : Clément Gaime (Entente Nautique d'Aix Les Bains) / Etienne Girerd (AUN Lyon) • 4x U23 : Thibault Remy (Aviron Majolan) • 4x SA NO : Morgan Maunoir (CA Lyon) / Maxime Demontfaucon (Aviron Majolan) / Damien Piqueras (CN Annecy) • 2- SA NO : Alexis Guérinot (AUN Lyon) / Augustin Mouterde (AUN Lyon)

Secteur Femme :

8+ U23 : Estelle Cattin (Aiguebelette ACL) / Claire Chanut (AUN Lyon) / Evangéline Calloud (Aiguebelette ACL) • 4x : Laura Tarantola (Aviron Grenoblois) • 4x PL : Diane Albrecht (Lyon Caluire AC)

Remplaçante :

Imola Pialla (Grenoble AV)

Résultats de nos représentants :

Secteur homme :

2- SA NO : Alexis Guérinot (AUN Lyon) / Augustin Mouterde (AUN Lyon) **1er Or** • 4x SA NO : Morgan Maunoir (CA Lyon) / Maxime Demontfaucon (Aviron Majolan) / Damien Piqueras (CN Annecy) **2ème Argent** • Finale B 4x U23 : Maxime Ducret (CA Evian) 2ème • Finale B 8+ U23 : Ondra Zeman (Aviron Grenoblois) 1er • Finale A 4+ U23 : Hugo Laborde (Aviron Grenoblois) / Adrien Vuagnoux (Chablais Aviron Thonon) 4ème • Finale B 2+ SA NO : Benoit Demey (Cercle Nautique d'Annecy) 2ème Argent • Finale B 4- U23 : Clément Gaime (Entente Nautique d'Aix Les Bains) / Etienne Girerd (AUN Lyon) 3ème • Finale B 4x U23 : Thibault Remy (Aviron Majolan) 1er

Secteur Femme :

4x : Laura Tarantola (Aviron Grenoblois) **3ème Bronze** • Finale B 8+ U23 : Estelle Cattin (Aiguebelette ACL) / Claire Chanut (AUN Lyon) / Evangéline Calloud (Aiguebelette ACL) 2ème • Finale A 4x PL : Diane Albrecht (Lyon Caluire AC) 5ème

H 2 - : Médaille d'Or



H 4x : Médaille d'Argent



F 4x : Médaille de Bronze



Photos : Aviron France

Thomas Baroukh
(médaillé de bronze en quatre sans barreur poids léger)
Jeux Olympiques RIO.



Photo : D.R.

« L'aviron est un sport complet, qui développe l'esprit d'équipe, le goût de l'effort, la détermination, la persévérance.

Que l'on soit 2, 4 ou 8, on fait partie d'un tout et la machine a besoin de tous les rameurs pour atteindre son plein rendement.

Il faut apprendre à s'organiser et à développer sa coordination. Cela permet aussi de forger un physique très complet et harmonieux. Et on est au contact de la nature ! »

La pratique de l'aviron : dès 10 ans.

Article du journal Aujourd'hui en France

Les FORMATIONS de la FFA

Coach Aviron Santé - Session 2

30/01/2017 au 03/02/2017

CREPS (Vichy)

Préparation physique chez le rameur compétition

14/12/2016 au 16/12/2016

INSEP (Paris)

Musculation en aviron : de la théorie à la pratique

12/12/2016 au 13/12/2016

INSEP (Paris)

Nouvelles technologies au service de la performance

08/12/2016 au 09/12/2016

INSEP (Paris)

Mécanique en aviron

01/12/2016 au 02/12/2016

INSEP (Paris)

Développement des qualités physiques
chez le jeune rameur 2016-2017

24/11/2016 au 25/11/2016

INSEP (Paris)

Entraîneur Fédéral Rivière

18/11/2016 au 20/11/2016

INSEP (Paris) et (Nogent-sur-Marne)

Réparation de matériel

14/11/2016 au 17/11/2016

TOURS (Aviron Clubs)

Coach Aviron Santé - Session 1

14/11/2016 au 18/11/2016

CREPS (Vichy)

CQP Moniteur Aviron 2016-2017 - formation
réservée aux professionnels du nautisme

07/11/2016 au 11/11/2016

Lorient - Noirmoutier - Cherbourg - Saint-Malo

N'hésitez pas à contacter : **Erell LE MINEZ**
département formation pour complément d'information.

Par téléphone : 01 45 14 26 57

Par mail : erell.leminez@avironfrance.fr

Championnat du Monde Universitaire 3 médailles pour la délégation française

Du 2 au 4 septembre se sont déroulés les mondiaux universitaires à Poznan (Pologne) ; bassin qui avait déjà accueilli cette année la 3e étape de Coupe du Monde.

En gras les Rameurs de Rhône Alpes :

L'argent en M8+ : Benoit Brunet, **Benoit Demey**, **Edouard Jonville**, Quentin Stender,

Guillaume Turlan, Maxence Tollet, Louis Droisart, Guillaume Ampe et Thibaut Hacot (*barreur*).

Le Bronze en LM4- : **Alexis Guérinot**, **Augustin Mouterde**, Benoit Robin et **Etienne Girerd**. Les 2 premiers cités avaient décroché, une semaine plus tôt, le titre de champions du Monde en LM2- à Rotterdam (Pays-Bas).

Le bronze en LM2x : François Teroin (*médaillé d'argent à Rotterdam en LM4x*) et Luke Epain.

Les autres résultats tricolores :

WM Mix 4x : 3e

W2x : 2e de la finale B

M1x : 5e de la finale B

M2x : 6e de la finale B

M2- : 2e de la finale B



Photo : FFA

AVIRON SANTÉ

La Fédération avait lancé une étude épidémiologique Jeunes Rameurs avant les vacances.

Soucieuse d'améliorer la prévention des blessures et le suivi de ses licenciés, la Fédération Française d'Aviron a entrepris, une vaste étude épidémiologique sur les pathologies susceptibles d'affecter les rameurs (*seuls les moins de 18 ans sont concernés*).

Nous vous avons sollicité avant les vacances pour répondre à cette enquête. Quelques-uns d'entre vous ont déjà répondu et nous les remercions. Malheureusement, nous ne disposons pas de suffisamment de réponses pour exploiter pleinement les résultats de cette étude. Nous invitons donc les jeunes qui ne se sont pas manifestés lors de notre dernier envoi à répondre à ce questionnaire ; cela ne durera que 5 minutes.

Les résultats issus de cette enquête vous sont transmis sous forme de brefs articles publiés tous les mois.

La fédération vous remercie d'avance de votre participation.

Masters de Copenhague

8 au 11 septembre 2016

Cette régata internationale, se déroule par tranche d'âge, sur 4 jours, 404 courses ont eu lieu sous le soleil, assez inouï pour Copenhague en cette saison. Le niveau toujours très relevé, avec une séquence émotion Renée Camu (*ex championne d'Europe des années 70*), remporte la course de sa catégorie (*80 ans et +*).

2750 rameurs issus de 47 nations : 500 Allemands, 410 Anglais, 300 Danois, 160 Norvégiens, 140 Hollandais, 120 Américains, 80 Russes, 80 Australiens, 80 Suédois, 80 Irlandais, 75 Suisses, 60 Français issus de 18 clubs, etc...

L'Aviron de Sevrier, de la ligue Rhône Alpes était engagé dans 13 courses, juste derrière Port-Marly (21) et Mulhouse (14).

L'année prochaine rendez-vous à Bled.



Photo : D.R.

Le CA Thonon à la 33e traversée de Jersey Carteret (entre l'île anglo-normande de Jersey et le port de Carteret en France).

Deux rameuses du CA Thonon, Marie GUINGOUAIN et Fanny MOSSIERE, s'imposent sur la Traversée JERSEY CARTERET.

Avec un double de Mer prêté par le club de Lorient et bien renseignées sur les pièges du "*Passage de la Déroute*", les 2 rameuses signent le très bon temps de 2 h 29 mn; le record



Photo : D.R.

de la traversée en 2x féminin date de 1996 par le club de Guernesey en 2 h 24 mn, une performance respectable sur ce parcours de 15 miles nautiques (*28 kms*) par un fort vent de travers.

RED BULL, édition 2016

Samedi 17 septembre sur le Lac d'Annecy, (*228 rameurs, traileurs, parapentistes et vététistes*) avaient rendez-vous dans la baie de Talloires, pour cette 6ème édition.

Cette année les éléments ont été plus forts que les organisateurs obligeant ceux-ci à modifier tous les relais. Toutes les épreuves sauf l'aviron ont été raccourcies de moitié afin de respecter une équité de l'épreuve. La compétition était rude entre 57 équipes dont 4 de très haut niveau, le Team Mennen, l'équipe Swiss Team et le Team Bull d'Ozer, le Team Mag Aviron.

Les éléments n'étaient pas tendres cette année avec les rameurs, le parcours d'aviron qui ouvre le relais ne l'était pas non plus. Jonché de bouées que les participants doivent éviter, les embarcations plus nombreuses qu'en championnat, le parcours sur l'eau de 11,7 km plus 1 km skiff à l'épaule aident à prolonger le suspense, pour passer le relais dans le centre de Talloires.

Le plan d'eau légèrement agité, les poids légers s'en sont tirés le mieux, Simon Niepmann, déjà médaillé en 4 sans barreur aux JO de Rio, est sorti vainqueur. Il a pris l'avantage lors de la course à pied sur le Luxembourgeois Jean-Benoît Valschaerts (*Belgium Squad*). A.Q.

Le classement 2016 des 4 premiers :

- 1. Swiss Team :**
3 h 08'21, avec le rameur Simon Niepmann
- 2. Team Mennen :**
3 h 11'41, avec le rameur Vincen Gavard
- 3. Team Bull d'Ozer :**
3 h 13'46, avec le rameur Morgan Maunoir
- 4. Team Mag Aviron :**
3 h 14'56, avec le rameur Matthieu Androdias

Les 57 skiffs au départ, face à la baie de Talloires



Photo : DR

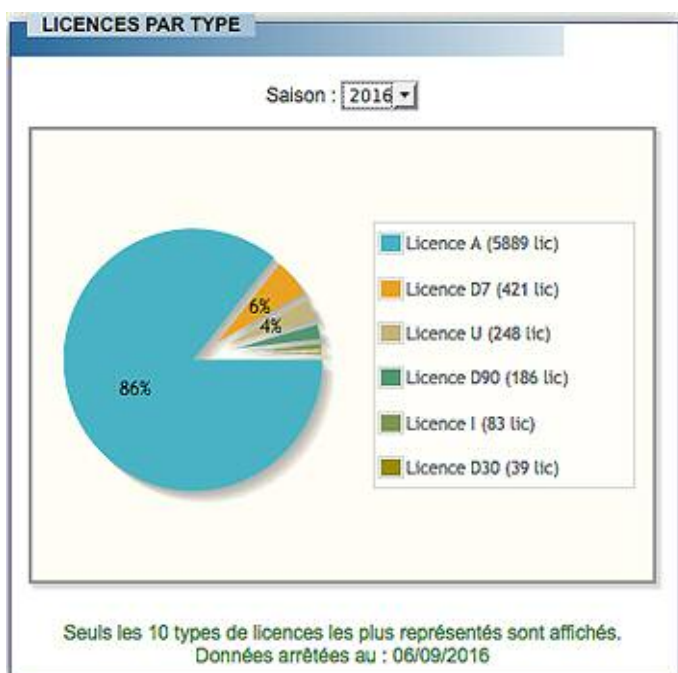
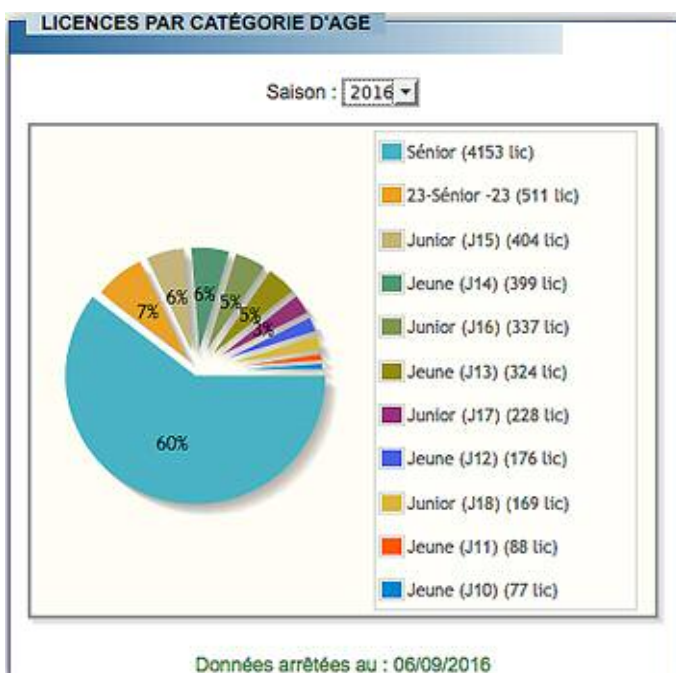
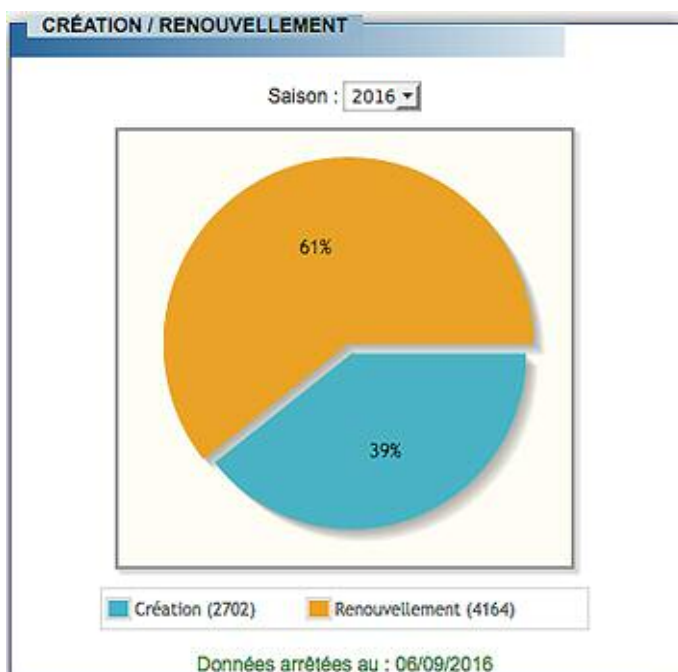
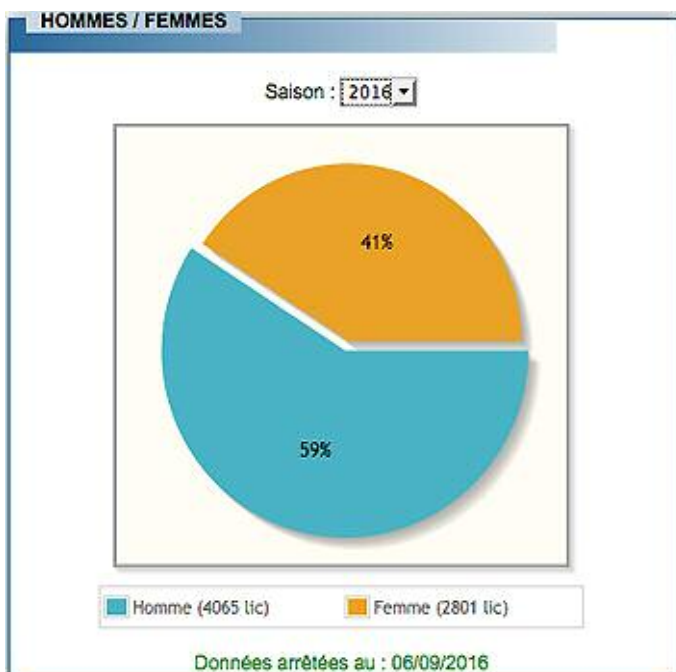
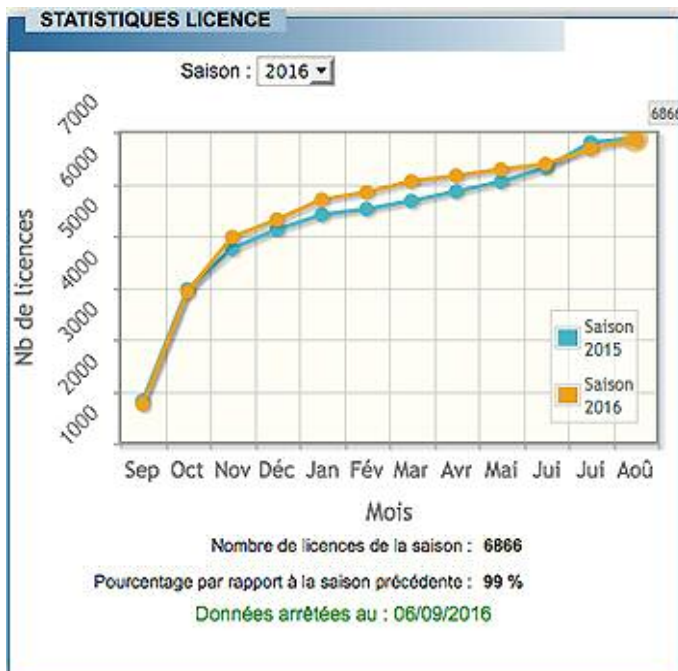
LICENCES :
Document officiel de la FFA
données arrêtées au 6 Septembre 2016
LIGUE RHÔNE ALPES AVIRON

Licences saison 2014 : 6 369
 Licences saison 2015 : 6 885
Licences saison 2016 : 6 886

Licences A 2014 : 5 456
 Licences A 2015 : 5 654
Licences A 2016 : 5 889

Licences Hommes 2014 : 3 918
 Licences Hommes 2015 : 4 211
Licences Hommes 2016 : 4 065

Licences Femmes 2014 : 2 451
 Licences Femmes 2015 : 2 674
Licences Femmes 2016 : 2 801



Depuis plus de 120 ans, des équipages français participent aux Championnats d'Europe, Championnats du Monde ou Jeux Olympiques, que ce soit en juniors, en seniors -23 ans, handi, poids-légers ou toutes catégories. Ce sont plus de 2000 rameuses, rameurs, barreuses et barreaux qui ont eu la chance de porter le maillot français en championnats officiels sur tous les plans d'eau du monde. Et le nombre s'enrichit chaque année de nouveaux noms, de nouvelles célébrités.

Bien entendu, sans parler des rameuses et des rameurs récents, encore en compétitions ou plus anciens, avec comme noms ; Jérémie Azou ou Stany Delayre, Julien Bahain, Jean-Christophe Bette, Fabien Tilliet, Adrien Hardy, Jean-Christophe Rolland, Michel Andrieux, Pascal Touron, Sophie Balmay, Christine Gossé, Daniel Fauché, Thierry Renault, Olivier Pons. Et des noms qui ont marqué nos mémoires de jeunes rameurs, les frères Morel, Duhamel, Monnereau, Jean Meynadier, Jean Tarcher, Yvon Petit, Rolland Weill, Jean-Jacques Mulot, Marcel Vandernotte, Emile Lecuirot .

Liste établie par les internationaux d'Aviron en Septembre 2016 à partir des résultats publiés dans la revue " **L'Aviron** " jusqu'à l'année 2002 et à partir du site Worldrowing FISA. Certains articles ne donnaient pas la composition de tous les équipages, et souvent ni prénoms, ni noms de clubs... ou encore des mêmes noms orthographiés différemment d'une année sur l'autre, des trous du fait de l'absence pour les années 1984, 1985, 1986 et 1988, ainsi que les Jeux Olympiques.

Trouvez les résultats complets; sur le site : <http://www.rameurs-tricolores.fr/Palmares>

Nom du rameur	Or	Argent	Bronze	Total
TILLIET Fabien, CN Annecy	6	2	1	9
ROLLAND Jean-Christophe, AUN Lyon	3	2	3	8
PORCHIER Laurent, ARP	2	3	3	8
DUFFOUR Frédéric, UN Villefranche	1	4	2	7
MOUTERDE Augustin, AUN Lyon	1	5	1	7
DORFMAN Xavier. A Grenoble	2	3	2	7
SOLFOROSI Franck, AUN Lyon	4	2	1	7
PIQUERAS Damien. CN Annecy	1	4	0	5
POUGE Jérémie, SN Tain-Tournon	2	2	0	4
LUZUY Bénédicte, A. Grenoble	0	4	0	4
DURET Clément, A. Grenoble	0	2	2	4
SOCHA Daphné, CA Evian	1	0	3	4
BARATHAY Samuel, CA Evian	1	0	3	4
CLERC Emile, CA Evian	0	2	1	3
MAUNOIR Morgan, CA Lyon	2	1	0	3
SOLOSOSI Franck, AUN Lyon	0	1	2	3
IMBERT Charles, AUN Villefranche	0	0	3	3
CHATELAIN Roger, CN Chambéry	0	1	1	2
COEFFIC Jonathan, A. Meyzieu	0	1	1	2
REVELLIN Rémi, A. Meyzieu	0	2	0	2
PEDRALI Franck, CS Annecy le Vieux	0	1	1	2
TABORSKI Jacques, A. Grenoble	0	2	0	2
DRIVET Jean-Pierre, CN Chambéry	0	1	1	2
TARANTOLA Laura, A. Grenoble	0	1	1	2

Services Administratifs

Vanessa LÉTÉ

Secrétaire de direction - Président et DTN
vanessa.lete@avironfrance.fr
01 45 14 26 52

Virginie RANVIER

Hôtesse d'accueil
virginie.ranvier@avironfrance.fr
01 45 14 26 40

Isabelle DUBUC

Contrôleur de Gestion
isabelle.dubuc@avironfrance.fr
01 45 14 26 48

Jean-Philippe CROIZARD

Comptable
jean-philippe.croizard@avironfrance.fr
01 45 14 26 49

Marie-christine WESOLOWSKI

Intranet Fédéral - Relations avec les clubs
marie-christine@avironfrance.fr
01 45 14 26 70

Sylvain BOSQUET

Webmaster - Gestion des compétitions
sylvain.bosquet@avironfrance.fr
01 45 14 26 71

Département Communication - Marketing

Yannick BERSOT

Responsable Événementiel et Marketing
yannick.bersot@avironfrance.fr
01 45 14 26 56 - 06 61 91 68 23

Line LOUVEAU

Responsable Communication
line.louveau@avironfrance.fr
01 45 14 26 65 - 06 73 39 24 27

Johann LE MINEZ

Responsable Projet Web
johann.leminez@avironfrance.fr
01 45 14 26 65

Noémie MORIN

Chargée de Communication

Antoine AUTOUR

Apprenti Graphiste
antoine.autour@avironfrance.fr

Département Haut-Niveau

Caroline AUTOUR

Secrétaire - Pôles-Assurances
Surveillance médicale réglementaire
caroline.autour@avironfrance.fr
01 45 14 26 58

Carinne BIRABENT

Secrétaire - Logistique Haut-Niveau
carinne.birabent@avironfrance.fr
01 45 14 26 59

David HÉNIN

Batelier
david.henin@avironfrance.fr

Département Développement

Juliette DUCHEMIN

Chargée de Développement - Labels EFA
Aviron Scolaire - Aviron Indoor
juliette.duchemin@avironfrance.fr
01 45 14 26 64

Aude BAZINET

Chargée de Développement
Aviron Santé / Randonnée
Challenge Jeunes Rameurs
VNF / Service Civique
aude.bazinet@avironfrance.fr
01 45 14 26 60

Pierre DELAHAYE

Apprenti
Chargé de Développement
pierre.delahaye@avironfrance.fr

Département Emploi - Formation

Erell LE MINEZ

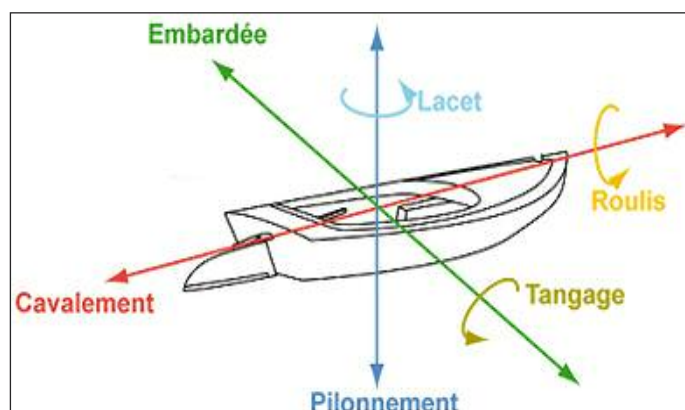
Chargée de mission - Emploi et Formation
erell.leminez@avironfrance.fr
01 45 14 26 57

La physique et l'aviron

La physique permet parfois de mieux comprendre ce qui se passe quand vous ramez. Cet été, je vous propose quelques rappels essentiels de physique.

L'aviron est étudié « *physiquement* » depuis de nombreuses années. Les différentes contraintes de ce complexe bateau/rames/rameur(s) sont encore étudiées et ces études participent à la performance individuelle ou collective. Voyons quelques points essentiels.

Le bateau d'aviron et ses 6 degrés de liberté.



Pilonnement

Mouvement de translation vertical du bateau. Le bateau effectue un mouvement de haut en bas.

Il représente environ 10% du tirant d'eau, et étant donnée la longueur des bateaux, la combinaison du pilonnement et du tangage produit des mouvements verticaux de l'ordre de 5 cms aux extrémités, ce qui est relativement important

Embardée

Mouvement de translation le long de l'axe transversal. Le bateau se déplace alternativement sur bâbord et sur tribord



Mouvement latéral souvent engendré par des vagues, le vent et régulé par les actions adaptées des rameurs.

Cavalement

Le cavalement désigne le mouvement d'un bateau d'avant en arrière. Principal mouvement du bateau d'aviron. C'est l'axe efficace de l'aviron. Les autres mouvements correspondant aux autres axes sont parasites et ralentissent le système. Cet axe est contrarié par la résistance de l'eau (*friction, vagues*).

Lacet

Mouvement de rotation autour de l'axe vertical. Le bateau effectue un mouvement de rotation sur lui-même. Souvent consécutif aux contraintes externes ou au défaut de poussée du rameur (*asymétrie*).

Tangage

Mouvement de rotation autour de l'axe transversal du bateau. Le bateau oscille alternativement d'avant en arrière. Ce tangage est très limité du fait de la longueur du bateau d'aviron. Les erreurs de remplacement (*trop tardif, trop rapide*) accentuent ce tangage.



Photos : DR

Roulis

Mouvement de rotation alternatif autour de l'axe longitudinal du bateau. Le bateau s'incline alternativement sur tribord et sur bâbord. Mouvement régulé principalement lors de la phase de retour. Le centre de gravité du système se situe nettement au dessus du centre de poussée ce qui engendre une instabilité latérale.

Vincent Triot, ACLA