



FEDERATION FRANÇAISE D'AVIRON
LIGUE DES HAUTS-DE-FRANCE D'AVIRON
& GRAVELINES AVIRON

CHAMPIONNAT JEUNE 3 (CJ3)
DIMANCHE 19 JANVIER 2025
SALLE FREDERIC PETIT – RUE DU
PONT DE PIERRE - 59820 GRAVELINES

1. CALENDRIER

Mercredi 18 décembre 2024 : ouverture des inscriptions sur le serveur fédéral

Vendredi 10 janvier 2025 à 18h00 : clôture des inscriptions

Dimanche 19 janvier 2025 9h30 ouverture des installations

Pas de réunion de délégué.

2. INSCRIPTIONS

Via le serveur fédéral du 18 Décembre 2024 au 10 janvier 2025 à 18h00

3. EPREUVES

3 parties distinctes :

- 15 mn de course à pied autour d'un terrain intérieur spécifique
- 15 ateliers d'épreuves au sol (communication des ateliers en amont)
- 10 mn d'ergomètre à cadence régulière (18 coups/min)

4. INFORMATIONS

Tous les participants au doivent être en possession d'une licence sportive fédérale pour la saison 2024-2025 et carte d'identité.

La tenue des couleurs du club est obligatoire lors de la compétition (Combinaison ou tee-shirt de l'association).

5. PROGRAMME PREVISIONNEL

Départ du premier athlète à 10h00 et ensuite toutes les minutes, Fin prévu vers 12H30.

6. SÉCURITÉ

L'organisateur et les personnes possédant le PSC1 sur place (secours présent sur le PAarc des rives de l'Aa pour le challenge bateau court)

7. RESTAURATION

Petite restauration au club house du club de Gravelines (sandwich ou croque-monsieur et vente de boisson)

8. REMISE DES RÉCOMPENSES

Au club après les épreuves vers 13h30, pour les 3 premiers de chaque catégorie.

9. CONTACTS

Comité d'organisation :

- CARDINAEL Matyas: matyascardinael.aviron@gmail.com 06.80.64.15.85
- BLOCKLET Arnaud: blocklet.arnaud@gmail.com 06.01.43.20.49

Inscriptions / Forfaits :

- GUITARD Sandra: guitardsandra.cd59@gmail.com 06.81.22.20.98

10. PLAN D'ENSEMBLE DE LA COMPETITION

