

# REGLES DE FONCTIONNEMENT DE LA SECTION ASPTT AVIRON

## I - VALEURS

La section Aviron fonctionne au service de valeurs réaffirmées, assumées et à pratiquer.

En adhérant à la section aviron, le nouveau membre les accepte pleinement et s'engage à les faire vivre au quotidien.

Outre les valeurs propres au sport même (effort, dépassement de soi, plaisir) ce sont celles de COOPERATION, APPRENTISSAGE et TRANSMISSION que notre section porte et tient à promulguer.

Le club fonctionne et vit grâce à l'engagement et l'implication de ses adhérents. Cet engagement se manifeste de différentes façons par des pratiques de bénévolat : Passage de brevet, chef de bord, formation Responsable De Permanence (RDP), formation initiateur, éducateur, aide à la composition des bateaux, présence aux journées d'entretien matériel, journées portes ouvertes, évènements sportifs de la section (régates), membre du Comité de Section, etc.

## II – PRINCIPES DE FONCTIONNEMENT

Le club peut ouvrir aux jours et horaires généraux en fonction des présences des RDP. C'est ce dernier qui organise la sortie et la composition des bateaux en fonction de la météo.

Un bateau est autorisé à sortir en mer s'il compte dans son équipage au moins un Chef de Bord, sauf si ce bateau est suivi par « une sécurité ».

Le nouvel inscrit doit obligatoirement suivre une formation de sécurité au cours du 1<sup>er</sup> trimestre suivant son inscription.

En arrivant au club, le rameur est considéré comme débutant. Il n'est donc pas autonome.

Pour acquérir cette autonomie, plusieurs sessions de passage de niveau lui seront proposées au cours des années au sein du club : Brevet de bronze, brevet d'argent et brevet d'or (voir annexe).

Le rameur est officiellement reconnu « confirmé » à partir du niveau brevet d'or.

L'ultime étape pour devenir totalement autonome en mer est assurée par une formation complémentaire de chef de bord, statut autorisant au rameur d'assurer l'encadrement d'un équipage en mer.

## III - FORMULES D ADHESION

LICENCE A -           a) adhésion 1<sup>er</sup> SEPTEMBRE au 31 AOÛT  
                              b) adhésion 1<sup>er</sup> JANVIER au 31 AOÛT

LICENCE D -           adhésion du 1<sup>er</sup> JUIN au 31 AOÛT

Une inscription se faisant en cours d'une de ces périodes se fera au tarif plein de la formule.

## IV – JOURS ET HORAIRES D'OUVERTURE

1 – Jours et horaires généraux (ouverture en présence d'un RDP)

Jours d'ouverture :

Mercredi matin et après midi

Samedi matin et après midi

Dimanche matin

Horaires d'ouverture :

a) ETE

arrivée le matin : 9H00 pour préparer les sorties à 9H30

arrivée l'après-midi : 13h30 pour préparer les sorties à 14H00

mercredi : 9H00-12H00/13H30-17H00

samedi : 9H00-12H00/13H30-17H00

dimanche : 9H00-12H00

b) HIVER

arrivée le matin : 9H30 pour préparer les sorties à 10H00

arrivée l'après midi : 13h30 pour préparer les sorties à 14H00

mercredi : 9H30-12H00/13H30-17H00

samedi : 9H30-12H00/13H30-17H00

dimanche : 9H30-12H00

La prise en charge des initiations se fait prioritairement le dimanche matin sous la responsabilité du détenteur(trice) du Certificat de Qualification Professionnelle (CQP), et pour les autres créneaux sous la responsabilité d'un éducateur ou d'un initiateur.

## 2 – Horaires spécifiques

Ces horaires sont destinés aux rameurs confirmés et se font sans RDP au club. En revanche, obligation d'avoir un contact à terre.

Obligation également de relever le bulletin météo avant de sortir et de remplir le cahier de sorties.

Ramer dans ces créneaux spécifiques engage les rameurs à se rendre, dans la mesure du possible, disponibles auprès du RDP au cours des horaires généraux pour faciliter l'encadrement des autres rameurs avec indication sur le cahier de sortie dans la colonne prévue à cet effet des disponibilités des rameurs.

a) Samedi matin (Eté = 07H30 - 09H30 / Hiver = 08H00 - 10H00)

Entraînement des compétiteurs sous la responsabilité de leur entraîneur. Ce dernier n'est responsable que des compétiteurs.

Des autres rameurs officiellement « confirmés » peuvent venir ramer sur ce créneau. Ils ne devront par contre en aucun cas retarder les entraînements. Ils devront donc être en possession des clés du club pour être entièrement indépendants. Obligation pour eux d'avoir un contact à terre.

Par ailleurs, la priorité est ici donnée aux compétiteurs pour l'utilisation des bateaux.

b) Dimanche et mercredi matin (Eté = 07H30 - 09H30 / Hiver = 08H00 - 10H00)

Peut venir à ce créneau horaire tout rameur confirmé (à la condition qu'un chef de bord soit présent sur le bateau).

Il n'y a par contre plus de priorité donnée aux compétiteurs pour les bateaux.

c) Autres horaires

Mêmes modalités et conditions que b).

Il est interdit de ramer le dimanche après-midi sauf autorisation spécifique du président.

## V – LE RESPONSABLE DE PERMANENCE

Le RDP est un rameur volontaire et confirmé du club qui organise les sorties en mer aux jours et horaires généraux.

Il est responsable des équipages et doit veiller à leur sécurité.

Il doit relever le bulletin météo du jour et, en fonction de celui-ci, autoriser ou non les sorties.

En fonction de la direction du vent, il déterminera également la direction que tous les bateaux doivent prendre.

Il compose seul (à l'exception du CQP) les équipages en veillant à ce qu'un chef de bord soit présent dans chacun d'eux.

Chaque rameur quel que soit son niveau (= brevet) et son ancienneté doit respecter les consignes du RDP.

Le RDP a en charge de veiller au rangement des bateaux et équipements au retour des sorties par les équipages.

Chaque mois un planning de présence de RDP est mis en ligne et affiché au club.

Il est demandé au RDP d'assurer au minimum 1 séance par mois.

En cas d'absence répétée, l'adhérent se verra retirer son statut de RDP et devra rendre les clés du club au président.

## VI – PREPARATION D UNE SORTIE BATEAU

Rappel : A partir de force 5, pour des raisons de sécurité, il est interdit de sortir en mer (sauf encadrement spécifique).

1 – Relever le bulletin météo

2 – Inscription sur le cahier de sorties

3 – En l'absence d'un RDP, avoir un contact à terre à qui on confiera son heure de départ, sa direction, et son heure de retour (le rappeler à son arrivée).

4 – Vérifier l'état général du bateau avant sa préparation (dames de nage, cale-pieds, visserie, état de la coque, informations spécifiques sur le tableau d'affichage)

5 – Armer le bateau (chaque bateau dispose de ses coulisses et avirons propres) :

a) installer les coulisses du bateau.

b) installer les avirons du bateau.

c) installer le bidon étanche avec le miroir de signalisation et les deux fusées de détresse

d) placer la barre ou dérive (si besoin)

e) prendre 1 corne de brume, 1 écope et le(s) gilet(s) de sauvetage (y compris pour le barreur)

f) installer le bout sur le taquet à la proue du bateau

g) vérifier que le bouchon (vers la poupe ou l'étambot) et les trappes sont bien fermés.

Ne pas laisser la remorque de route ou le chariot de mise à l'eau sur la plage (voir l'interdiction des services maritimes affichée) mais la/le ramener au club ou devant le club (pour éviter les stationnements gênants).

Au retour de la sortie en mer, le bateau (coque, dames de nage, rails, etc.) et son équipement (avirons, coulisse(s), barre) ainsi que leur charriot doivent être lavés, nettoyés, et rangés à leur place par l'ensemble de l'équipage. Afin d'éviter l'usure prématurée des bateaux vider les cales pieds et l'intérieur de la coque. Le bateau doit ensuite être attaché à sa remorque (ou aux portants pour les doubles et solos concernés), positionner sous le chariot un pneu pour surélever l'avant. Ranger convenablement les bateaux sur leur remorque.

Le dernier équipage ayant utilisé le jet d'eau devra le ranger enroulé à sa place initiale.

## VII – CHEF DE BORD

Sur chaque bateau, le chef de bord est responsable de la sécurité des rameurs, de l'embarcation et de la bonne cohésion de l'équipage. En cas de nécessité, il doit prendre, après consultation de son équipage, les décisions qui s'imposent en fonction de la situation. En cas de doute ou d'avis divergents (poursuite du parcours, rameur fatigué, temps instable,...) ces décisions doivent obligatoirement privilégier la sécurité de l'équipage et de l'embarcation.

Le chef de bord doit veiller au bon rangement du bateau, à son nettoyage et au rangement du matériel au retour des sorties par son équipage.

## VIII – ENTRETIEN MATERIEL

L'équipement nécessaire à la pratique de l'aviron est fragile et dispendieux.

Une ou plusieurs journées « entretien matériel » où toutes les bonnes volontés sont les bienvenues sont organisées chaque année.

Indépendamment de ces journées, l'entretien et la maintenance du matériel au quotidien sont l'affaire de tous.

Le rameur se doit de pouvoir réparer toute petite avarie (remplacement de dame de nage, sangle, cale-pied, roue de chariot, etc.) arrivée ou constatée à l'occasion d'une sortie, ou à défaut, pour les problèmes plus importants, les signaler au RDP et les noter sur le cahier des réparations à effectuer prévu à cet effet.

## IX – HYGIENE ET NETTOYAGE DES LOCAUX

Le local de la section aviron doit rester propre et bien rangé.

Le matériel (= ergomètres, avirons, coulisses, bouts, écopes, etc.) doit être nettoyé après utilisation et entreposé à sa place.

Après les séances, les étagères ne doivent plus être encombrées d'affaires personnelles, celles-ci peuvent être jetées si personne ne se manifeste.

Dans la même logique, le rameur ne doit pas entreposer de façon permanente des affaires au sein du club.

Enfin, les vestiaires doivent être nettoyés ou conservés dans un état de propreté après utilisation (se rincer les pieds avant d'entrer dans le club pour limiter les dépôts de sable ou de posidonie).

Ne pas laisser de nourriture dans le local.

Ne pas laisser des bouteilles d'eau (vides ou non) dans le local ou devant son entrée.

Jeter tout déchet (gobelets, etc.) dans la poubelle.

## X – FONCTIONNEMENT DU COMITE DE SECTION

Chaque année la section désigne lors de son Assemblée Générale des représentants au comité de section.

Ce comité est composé d'un bureau (président, secrétaire et trésorier) ainsi que d'autres membres en charge d'activités spécifiques (responsable matériel, communication, etc.)

Ce comité se réunit une fois par mois environ pour débattre des questions relatives au fonctionnement du club et prendre les décisions utiles et nécessaires. Ces décisions seront communiquées par diffusion d'un compte-rendu et devront être respectées par l'ensemble des adhérents.

Les adhérents du club peuvent saisir le comité pour soulever un point particulier.

Le comité peut faire participer un ou deux adhérents en fonction de l'ordre du jour des réunions.

## XI – REGLES DISCIPLINAIRES

Dans le cadre du fonctionnement de notre section, chaque adhérent se doit d'adopter un comportement irréprochable en toute circonstance. Cela se traduit par l'application de l'ensemble des règles présentées ci-dessus ainsi que par une attitude respectueuse envers les biens et les personnes membres de notre association sportive.

Dans le cas contraire, le bureau et en dernier lieu le président de la section peuvent faire appel à la direction de l'ASPTT Marseille afin de prendre les dispositions disciplinaires qui s'imposent.

# ANNEXE

## I - PASSAGE DES BREVETS ET EPREUVES

Il existe 3 types de brevet : la liste des épreuves est présentée ci-dessous, les lignes en rouges présentent les points éliminatoires en cas de problème.

### 1) BREVET DE BRONZE

Pour réussir ce brevet, l'adhérent doit être en mesure de connaître ou d'appliquer les points ci-dessous :

**(Avant l'épreuve, effectuer au moins une sortie en solo à proximité de la plage)**

Pour obtenir ce brevet, il faut acquérir 12 points

- |   |    |   |
|---|----|---|
|   | 1  | Installer les avirons                           |
| E | 2  | Monter dans le bateau                           |
|   | 3  | Se mettre au dégagé ou position arrière         |
|   | 4  | Se mettre en position de prise d'eau ou attaque |
| E | 5  | Matériel de sécurité obligatoire à bord         |
| E | 6  | Se mettre en position de sécurité               |
|   | 7  | Faire giter le bateau                           |
|   | 8  | Stabiliser le bateau                            |
|   | 9  | Avancer en ligne droite (Nager)                 |
|   | 10 | Scier   |
|   | 11 | Reculer en ligne droite (Dénager)               |
| E | 12 | Virer autour d'une bouée                        |
|   | 13 | Revenir sur la plage                            |
|   | 14 | Descendre du bateau                             |
|   | 15 | Enlever les avirons                             |

### 2) BREVET D ARGENT

Pour réussir ce brevet l'adhérent doit savoir :

**(Avant l'épreuve effectuer au moins 2 sorties en solo proximité plage)**

Pour obtenir ce brevet, il faut acquérir au minimum 9 points

- |   |    |   |
|---|----|---|
|   | 1  | Renseigner le cahier de sorties                         |
|   | 2  | Monter « convenablement » sur le bateau                 |
|   | 3  | Régler la barre de pieds                                |
|   | 4  | Avancer en ligne droite                                 |
|   | 5  | Toucher un gilet avec la pointe avant du bateau         |
|   | 6  | Récupérer un gilet de sauvetage                         |
|   | 7  | Passer entre deux obstacles sans les toucher            |
| E | 8  | Engager les pelles pour ralentir                        |
| E | 9  | Scier   |
|   | 10 | Effectuer un demi-tour sur bâbord en plantant une pelle |
| E | 11 | Toucher une bouée avec l'arrière du bateau              |
|   | 12 | Effectuer un demi-tour tribord                          |
|   | 13 | Dénager sur 20 coups                                    |
| E | 14 | Descendre du bateau sans aide                           |

En réussissant ces épreuves, le rameur devient rameur autonome.

### 3) BREVET D OR

Pour réussir ce brevet, l'adhérent doit savoir :

#### (S'entraîner à préparer l'évaluation)

- |   |    |  |
|---|----|--|
|   | 1  | Renseigner le carnet de sorties  |
| E | 2  | Préparer le bateau   |
| E | 3  | Régler la barre de pieds   |
|   | 4  | Simuler l'utilisation d'un feu de détresse et faire le signal de détresse          |
| E | 5  | Lancer un bout et se faire remorquer   |
|   | 6  | Ramer bras sur 10 coups puis bras corps  |
| E | 7  | Virer sur place par tribord et bâbord  |
|   | 8  | Prendre un cap et un anti cap  |
|   | 9  | Plumer sur 20 coups  |
|   | 10 | Ramer 30 coups cadence basse (16/18)   |
|   | 11 | Ramer 30 coups cadence élevée (24/26)  |
|   | 12 | Enlever un aviron et le remettre   |
|   | 13 | Tomber à l'eau et remonter à bord (validation l'été pour les évaluations en hiver) |
| E | 14 | Revenir et ranger le matériel  |

#### Connaitre les réponses aux questions suivantes :

Décrire les procédures avant une sortie en mer  
Matériel de sécurité à bord  
Choix de la sortie et comportement à tenir en fonction du vent  
Navigation par rapport aux vagues  
A quoi servent les positions de sécurité  
Que signifie border les avirons  
Règles de priorité de navigation sur l'eau  
Qu'est-ce qu'un cap et un anti cap  
Que faire en cas de collision  
Comment stabiliser un bateau

En réussissant ces épreuves, le rameur devient rameur confirmé.

## II - PASSAGE CHEF DE BORD

Les rameurs confirmés (brevet d'or) peuvent devenir chef de bord suite à une évaluation en mer (sur un X4) par un éducateur. Cette évaluation consiste à vérifier les capacités d'encadrement et d'accompagnement d'un équipage par l'adhérent.

Pour obtenir cette qualification, il faut avoir obtenu le brevet d'or et encadrer une sortie en binôme.

### Obligations du chef de bord (règlement FFSA)

Le Chef de bord embarqué est responsable de la sortie et de la sécurité de son équipage. C'est un pratiquant expérimenté, il peut être un des rameurs ou le barreur. Il doit :

#### Avant la sortie :

Noter la sortie sur le registre

S'informer des prévisions météo (connaître les interdictions de sorties) et choisir l'itinéraire selon les directives du RDP en fonction de la direction du vent, de sa force et des abris possibles

Vérifier l'état du bateau, de son armement, du matériel de sécurité embarqué.

S'assurer qu'un contact à terre a été prévu. Cette personne est choisie dans la liste des responsables de permanence et elle doit être capable d'organiser les secours en cas de nécessité.

Connaître les différents moyens de secours en mer

#### Pendant la sortie :

Positionner les rameurs sur le bateau

Donner les consignes

Adapter la sortie à l'état et à la force des rameurs ainsi qu'à l'évolution des conditions de navigation (ne pas hésiter à raccourcir l'itinéraire prévu)

Respecter les règlements de navigation et de sécurité

Choisir les bons endroits pour changer de position sur le bateau (connaissance du plan d'eau et de la position du bateau par rapport au vent)

Prendre la décision de rentrer si les conditions météo s'aggravent

Imposer si nécessaire le port du gilet de sécurité

Tenir la barre au moins une fois durant la sortie

#### Après la sortie

Contrôler les activités de rangement et de nettoyage du matériel

Tenir informé le contact à terre de la fin de sortie en mer

## III - RESPONSABLE DE PERMANENCE

En fonction des besoins de fonctionnement de la section, le comité peut faire appel à des volontaires pour tenir cette fonction. Pour devenir responsable de permanence, l'adhérent doit être chef de bord et souhaiter s'investir dans le fonctionnement de la section (si possible, l'adhérent doit disposer du permis bateau). L'adhérent devra assurer 3 séances en binôme avec un RDP pour valider son nouveau statut.