



2019

Binet Aviron et CLUB SPORTIF DE L'ECOLE POLYTECHNIQUE

Ergometri'X

Coupe de France FFSU d'aviron Indoor

SAMEDI

7 décembre 2019 à 9h00

FFA – FFSU

Ecole Polytechnique – Grand Hall

Route de Saclay

91128 Palaiseau Cedex

Sommaire

1 - Objet.....	3
2 - Définition.....	3
3 - Compétition	3
4 - Engagement	3
5 - Les tarifs	3
6 - Fichier.....	3
7 - Compétiteurs.....	4
Les différents types de compétiteurs	4
Les différents types de statuts	4
Capitaine.....	4
8 - Certificat médical	4
9 - Classification.....	4
Epreuves individuelles.....	4
Epreuves collectives.....	5
10-Distances parcourues par épreuve.....	5
Epreuves individuelles.....	5
Epreuves du relais.....	5
Epreuves du double-slide, quatre-slide et huit-slide	6
Epreuves Jeune (J12 - J13 - J14).....	6
11 - Grille des prix	6
12 - Planning prévisionnel	7
13 - Sécurité des compétiteurs et anti-dopage.....	9
14 - Responsabilité.....	9
15 - Assurances.....	9
16 - Équipement des compétiteurs	9
17 - Hygiène et confort	9
18 - Echauffement	9
19 - Ergomètre	9
20 - Attribution des ergomètres	9
21 - Règles générales et déroulement des courses	9
22 - Accès à l'Ecole Polytechnique	9
23 - Parking.....	9
24 - Respect de l'environnement.....	10
25 - Animaux	10
26 - Renseignements : contactez-nous !.....	10

1 - Objet

Le présent code régleme la compétition ERGOMETRI'X, disputée à l'Ecole Polytechnique, sous l'égide de la Fédération Française d'Aviron (FFA) et de la Fédération Française du Sport Universitaire (FFSU).

2 - Définition

ERGOMETRI'X est une pratique sportive qui s'exerce sur une machine ergométrique (ergomètre), avec certaines épreuves sur slide (glissière) permettant de reproduire le mouvement de l'aviron en simple ou par équipe (double, quatre ou huit).

3 - Compétition

ERGOME-TRI'X est une manifestation sportive inscrite au calendrier officiel de la FFA et de la FFSU donnant lieu à l'établissement de classements.

4 - Engagement

Avant le jour de l'épreuve

L'inscription se fait en ligne en deux étapes. La première, depuis le site <http://www.ergometrix.fr>. La deuxième, afin de valider votre licence, depuis le site selon votre appartenance :

- de la FFA
- ou de la FFSU

Pour les personnes licenciées à l'international, nous contacter par courriel.

Pour les personnes non affiliée, vous pouvez souscrire à une [licence I \(indoor\) à titre individuel](#) :

Clôture des inscriptions le 5décembre 2019 à 17h00 (ATTENTION : Nombre de places par catégorie limité).

Tout engagement est ferme et définitif. Il implique l'acceptation complète du règlement et ne peut faire l'objet de remboursement pour quelque motif que ce soit (maladie, examen, mariage, etc.).

L'inscription en ligne n'est valable que si toutes les rubriques des formulaires d'inscription sont remplies et que le paiement et les documents nécessaires, sont parvenus à l'organisateur avant le 2décembre2017.

Le jour de l'épreuve

Les capitaines d'équipe sont tenus de se présenter au plus tard 1h00 avant l'heure de leur épreuve.

En cas de forfait dans une équipe, pas plus de 50% des rameurs ne pourra être remplacé sous réserve d'acceptation des organisateurs.

5 - Les tarifs

Le tarif d'inscription par personne est de **5,00 €**. Gratuit pour toutes les catégories non séniors et non universitaires !

Chèque à mettre à l'ordre du « Binet Aviron ».

Le tarif est identique pour tous les statuts et donne un droit d'accès aux épreuves de Ergometri'X en accord avec l'article 9.

Le montant de l'inscription reste acquis à l'organisation en cas de non présentation d'un concurrent à l'épreuve.

6 - Fichier

Conformément à la loi n°78-17 du 6 janvier 1978, chaque participant déclare accepter de figurer sur un fichier informatique. Il peut exercer son droit d'accès et de rectification pour toute information le concernant et figurant sur ce fichier. Du fait de l'acceptation du présent règlement, et conformément à l'article L 212-4 du Code de la Propriété Intellectuelle, chaque participant cède pour une durée illimitée et à titre gracieux au bénéfice de l'organisateur, les droits d'utilisation de son image saisie dans le cadre des activités de l'organisateur, aux fins de reproduction, pour tout moyen et sur tout support connus ou inconnus à ce jour.

7 - Compétiteurs

Les différents types de compétiteurs

Cette compétition est ouverte uniquement à des compétiteurs licenciés, titulaires d'une licence annuelle, universitaire ou indoor, délivrée par la FFSU, la FFA ou par une fédération affiliée à la FISA,

Les compétiteurs doivent présenter leur licence, avec photo sur papier ou support électronique, ou une pièce d'identité en cours de validité à toute demande du jury. En, plus, les étudiants doivent présenter obligatoirement leur carte étudiant.

La liste des engagés et les classements feront clairement apparaître, pour chaque compétiteur, la notion d'étudiant ou non.

Les différents types de statuts

2 types de statuts

Etudiant	Carte Etudiant + Licence FFSU
Général	Catégories étudiant + les licenciés FFA et autres

Capitaine

Pour les épreuves collectives, chaque équipe doit désigner un capitaine. Ce dernier est le responsable de son équipe et l'interlocuteur unique avec l'organisation.

8 - Certificat médical

La participation à ERGOMETRI'X est subordonnée à la présentation de sa licence portant attestation de la délivrance d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition. Ce certificat doit dater, à la date de la compétition, de moins d'un an pour la FFSU et de moins de trois pour la FFA.

Les compétiteurs titulaires d'une licence d'une autre fédération sportive agréée, dont la participation à des compétitions nécessite la délivrance d'un certificat médical mentionnant l'absence de contre-indication à la pratique sportive en compétition qui doit dater de moins d'un an, peuvent présenter leur licence sur laquelle apparaît cette attestation.

9 - Classification

Epreuves individuelles

a) Les compétiteurs seront divisés en trois catégories d'âge.

Tous les âges donnés ci-dessous sont ceux atteints par le compétiteur le jour de la compétition.

Les catégories d'âge des non licenciés sont identiques.

Est compétiteur de catégorie :

Jeune	tout compétiteur âgé le jour de l'épreuve de	12 à 14 ans
Junior	tout compétiteur âgé le jour de l'épreuve de	15 à 18 ans
Senior	tout compétiteur âgé de	19 et plus

Dans la catégorie senior, il est créé des épreuves pour les vétérans. La classification de la catégorie vétéran est spécifique à ERGOMETRI'X :

Vétéran 1	moyenne d'âge de	30 à 39 ans
Vétéran 2	moyenne d'âge de	40 à 49 ans
Vétéran 3	moyenne d'âge de	50 à 59 ans
Vétéran 4	moyenne d'âge de	60 ans et plus

b) Catégories de poids

Il existe pour les seniors, et également pour les masters, une catégorie poids léger. Dans cette catégorie, le poids maximal d'une compétitrice est de 61,5 kg et le poids maximal d'un compétiteur est de 75 kg. Les compétiteurs poids léger sont pesés le jour de la compétition, au plus tôt deux heures et au plus tard une heure avant la première épreuve à laquelle ils participent. Si cette première épreuve est par la suite reportée, ils ne doivent pas être soumis à une deuxième pesée le même jour. Un compétiteur engagé en catégorie poids léger et n'étant pas au poids réglementaire sera classé en toute catégorie. Lors de la pesée, les compétiteurs doivent être habillés en tenue de compétition. La tenue de compétition est la tenue dans laquelle le compétiteur peut concourir, soit combinaison ou short/t-shirt seulement.

c) Les compétiteurs souffrants d'un handicap, ils seront divisés en trois catégories de handicap:

PR1	handi-aviron	bras et épaules
PR2	handi-aviron	tronc et bras
PR3 (toutes catégories)	handi-aviron	jambe, tronc et bras (VI -ID - AK- SA - PD)

Epreuves collectives

Les compétiteurs seront divisés en trois catégories d'âge spécifiques à ERGOMETRI'X.

Est compétiteur de catégorie :

Open	tout équipage de	tout âges confondus
Master	tout équipage dont la moyenne d'âge est	de 40 ans et plus
Universitaire	tout équipage, sous licence FFSU, de	tout âges confondus

10–Distances parcourues par épreuve

Epreuves individuelles

Épreuve Junior	course de 2000 mètres
Épreuve senior	
Épreuve handi	course de 1000 mètres

Epreuves du relais

Épreuve senior	course de 4X500 mètres
Épreuve master	
Épreuve open	

Le relais, en équipe de 4 personnes, doit s'effectuer entre 470 mètres et 520 mètres. Lorsqu'ils ne rament pas, les membres de l'équipe ne peuvent pas tenir les pieds de leur équipier. Le chronomètre ne s'arrête pas à chaque changement. Les équipiers peuvent courir dans l'ordre de leur choix.

Catégorie femme : équipe composée de 100% de femmes.

Catégorie mixte : équipe composée au moins de 50% de femmes et d'au moins 25% d'homme.

Catégorie homme : équipe composée d'au moins 75% d'homme.

Cette épreuve donne lieu à un titre de vainqueur de la Coupe de France universitaire pour le premier de chaque catégorie des équipes étudiantes.

Epreuves du double-slide, quatre-slide et huit-slide

Épreuve senior	course de 1000 mètres
Épreuve master	
Épreuve open	

Catégorie homme : équipe composée d'au moins 75% d'hommes.

Catégorie mixte : équipe composée de 50% d'hommes et 50% de femmes.

Catégorie femme : équipe composée de 100% de femmes.

Ces épreuves donnent lieu à un titre de vainqueur de la Coupe France universitaire pour les équipes étudiantes.

Epreuves Jeune (J12 - J13 - J14)

Épreuve jeune	course de 8X250 mètres
---------------	------------------------

Le relais doit s'effectuer entre 230 mètres et 270 mètres. Lorsqu'ils ne rament pas, les membres de l'équipe ne peuvent pas tenir les pieds de leur équipier. Le chronomètre ne s'arrête pas à chaque changement.

Une équipe doit être composée de 4 garçons ou de 4 filles, 2X250m par rameur.

ATTENTION : Pour l'ensemble des épreuves universitaires, possibilité de participer seulement à une course du matin et à une course de l'après-midi !

11 - Grille des prix

La grille des prix sera consultable sur <http://www.ergometrix.fr>.

12 - Planning prévisionnel

ATTENTION, IL EST SUCEPTIBLE D'ETRE MODIFIE EN FONCTION DU NOMBRE D'INSCRITS

Planning des Courses - Matin					
7h00	Accueil et début des pesées				
ZONE 1		ZONE 2			
9h00	Simple H & HPL Vétéran 1 & 2 & 3 & 4				
9h10					
9h20	Simple F & FPL Vétéran 1 & 2 & 3 & 4				
9h30					
9h40	Simple H & HPL Senior	9h35	Relais 4X500m Universitaire		
9h50					
10h00	Simple F FPL Senior				
10h10					
10h20	Simple H Junior				
10h40	Simple F Junior				
10h50					
11h10				11h05	
11h20	Simple H/F HANDI PR1 – PR2 – PR3			11h15	8x250m Jeune
11h30	500m H & HPL Senior, H Junior	11h25			
11h40		11h35	4X500m Open - Master		
11h50					
12h00	500m F & FPL Senior, F Junior				
12h10		12h25			
12h20					
12h40	Remise des Prix				

Planning des Courses - Après-midi

ZONE 1		ZONE 2	
13h30	Quatre H Open - Master - Universitaire	13h35	Double H Open - Master - Universitaire
14h10		14h15	
14h20	Quatre Mixte Open - Master - Universitaire	14h25	Double Mixte Open - Master - Universitaire
15h00		15h05	
15h10	Quatre F Open - Master – Universitaire	15h15	Double F Open - Master - Universitaire
15h50		15h55	
16h00	PAUSE		
16h20	Huit F Open - Master - Universitaire		
17h00			
17h10	Huit Mixte Open - Master- Universitaire		
17h50			
18h00	Huit H Open - Master- Universitaire		
18h50			
19h00	Remise des Prix & Buffet de Clôture		

L'attribution d'un titre dans les épreuves universitaires est soumis aux conditions suivantes, pour chaque catégorie :

S'il y a plus d'un équipage mais moins de quatre, seul le premier sera récompensé du titre vainqueur de la coupe de France universitaire d'aviron Indoor.

S'il y a au moins quatre équipages, alors les trois premiers seront récompensés.

13 - Sécurité des compétiteurs et anti-dopage

Le service de secours tiendra une permanence près de la zone de course.

Le service de secours peut décider de la mise hors course d'un compétiteur. Il peut, à tout moment, contrôler l'état de santé d'un participant et lui interdire de poursuivre s'il y a lieu.

Attention ! Dans tous les cas, toute évacuation doit être régulée par le service de secours de ERGOMETRI'X. Il est fortement déconseillé aux participants de se présenter eux-mêmes aux Urgences hospitalières, sans avoir préalablement consulté l'avis du service de secours. Ceci dans l'objectif de réduire votre attente aux Urgences.

Pour les participants étrangers ne bénéficiant pas de la sécurité sociale française, un montant de 120 € sera exigé pour toute évacuation. Montant remboursable en fonction de vos systèmes d'assurance.

Les participants s'engagent à ne pas prendre de produits dopants (voir liste sur le site de l'Agence Mondiale Anti-dopage) et acceptent de se soumettre à tout contrôle « anti-dopage ».

14 - Responsabilité

Les compétiteurs participent à ERGOMETRI'X sous leur entière et exclusive responsabilité. L'organisation décline toute responsabilité en cas d'accident ou de défaillance consécutifs à un mauvais état de santé ou à une mauvaise utilisation du matériel.

15 - Assurances

Conformément à la loi, les organisateurs ont souscrit une assurance couvrant les conséquences de leur responsabilité civile ainsi que celle de leurs préposés et de tous les participants.

16 - Équipement des compétiteurs

Chaque compétiteur licencié doit porter une tenue vestimentaire identique (bas et haut) et aux couleurs de son association.

17 - Hygiène et confort

Les compétiteurs bénéficient d'un espace douches et toilettes affecté pour l'occasion. Un espace détente vous est aussi aménagé à proximité. Il vous permet de vous restaurer.

18 - Echauffement

L'échauffement pourra se faire sous forme de footing sur le campus de l'Ecole Polytechnique ou sur ergomètre, selon le nombre disponible.

19 - Ergomètre

Lors de la compétition, tous les ergomètres utilisés sont fournis par ERGOMETRI'X et seront des Concept2, modèle D avec écran PM4 ou PM5.

20 - Attribution des ergomètres

Dans le cas où il y a plus d'ergomètres que de compétiteurs engagés, les ergomètres attribués en priorité sont les ergomètres les plus visibles du public.

21 - Règles générales et déroulement des courses

ERGOMETRI'X se déroule en conformité avec le [code des compétitions d'aviron indoor](#) (annexe 7.3 du règlement intérieur de la FFA).

22 - Accès à l'Ecole Polytechnique

L'Ecole Polytechnique est située Route de Saclay – 91128 Palaiseau Cedex.
Elle est accessible par transport en commun ou en voiture :
« <https://www.polytechnique.edu/fr/accesetorientation> »

23 - Parking

Les voitures peuvent se garer dans l'enceinte de l'Ecole Polytechnique, au niveau du parking visiteurs.

24 - Respect de l'environnement

Les compétiteurs s'engagent à respecter les infrastructures de l'Ecole Polytechnique.

25 - Animaux

Les chiens et autres animaux sont interdits sur les lieux de la compétition.

26 - Renseignements : contactez-nous !

Si vous le souhaitez, vous pouvez nous contacter en écrivant à l'adresse suivante :

Téo TEDOLDI
Bd des Maréchaux - Résidence Fayolle
Studio 11.30.49
91120 Palaiseau

Ou par e-mail : ergometrix@polytechnique.fr