

FFAVIRON

**NOUVELLE
AQUITAINE**



Livret du Barreur

Présentation du barreur
La direction
Le rôle à l'entraînement
Le rôle en compétition
Le suivi pendant les compétitions

Edition 2019 - Ligue Nouvelle Aquitaine d'Aviron



Le présent livret a pour objet d'aider les jeunes barreuses et barreaux dans leur formation et de montrer l'importance de leur rôle.

Ce sont des athlètes au même titre que les rameurs de l'équipage qu'ils composent et doivent être considérés comme tels.

Le barreur est l'âme du bateau et il forme avec le chef de nage un binôme où compréhension, encouragements et communication sont les clés de l'unité du bateau et donc la clé de la victoire.

Ses connaissances, son intuition, son expérience contribuent également à la victoire.

Il est un peu le « fétiche » du bateau et la tradition veut, qu'à l'issue d'une victoire finale, il soit jeté à l'eau par ses coéquipiers, marque de reconnaissance et d'amitié.

Définition du barreur

Le barreur ou la barreuse est le membre d'un équipage chargé de diriger le bateau.

Le barreur est admis sans distinction de sexe, ni d'âge.

Ainsi, par exemple, une fille J14 peut barrer un bateau J18 garçon.

Le rôle du barreur

Outre la direction du bateau, le barreur est également chargé de coordonner le rythme et la force des rameurs.

Il est le lien entre les rameurs et l'entraîneur.

Il observe ses adversaires et fait appliquer les consignes de l'entraîneur.

Le poids, la pesée des barreaux et la tare

Son poids minimal est fixé à : 50 kg pour les épreuves de la catégorie jeune et à 55 kg pour toutes les autres épreuves. Pour atteindre le poids minimal, le barreur peut disposer d'une surcharge de poids libre. Celle-ci ne peut être constituée d'un liquide. Elle doit être placée le plus près possible du barreur. La surcharge éventuelle et les équipements ou matériels portés par le barreur ne doivent en aucun cas porter atteinte à sa sécurité en cas de chavirage. La tare doit être conservée par le barreur jusqu'à la fin de la compétition. Afin de maintenir la propreté du site de compétition, la tare est rendue à l'organisateur si cela est prévu. Le sable peut être remis ou il avait été trouvé, ainsi que le contenant soit jeté à la poubelle soit recyclé.

Le barreur est pesé chaque jour de compétition, habillé en tenue de compétition au plus tôt deux heures et au plus tard une heure avant la première course à laquelle il participe.

Le barreur a 3 rôles fondamentaux dans un bateau :

- Tenir la direction
- Etre le relai de l'entraîneur (à l'entraînement)
- Etre le capitaine en compétition

Déroulement de la pesée

La pesée s'effectue de la façon suivante :

- le barreur passe à la pesée dans l'ordre de son arrivée dans le créneau horaire prévu ; en cas d'affluence, il passera dans l'ordre de déroulement des courses.
- il est pesé sans tare et si son poids est égal ou supérieur à celui exigé par la catégorie des rameurs, il reçoit son ticket de pesée.
- si son poids est inférieur au poids exigé, il constitue sa tare qui ne peut pas être un liquide et remonte sur la balance avec celle-ci. La tare peut être constituée de gravier ou sable, fourni par l'organisateur. Quand le poids requis est atteint, il reçoit son ticket de pesée.

Le ticket de pesée, qui doit être conservé par le barreur, précise :

- le nom du barreur,
- la catégorie du bateau
- le poids sans tare, le poids de la tare et le poids total.

Le poids de la tare est indiqué sur le ticket de pesée et sur la tare.

Dans le bateau, la tare devra être posée le plus près possible du barreur, sans gêner celui-ci pour sortir du bateau. En règle générale, l'organisateur prévoit les sacs et le sable ou gravier nécessaires.

Les sacs sont fermés hermétiquement.

L'absence à la pesée ou la présentation après l'heure limite est passible de sanctions.

L'emplacement réservé au barreur

L'emplacement réservé au barreur dans le bateau est :

- soit à l'arrière, le barreur est alors assis sur un siège fixe,
- soit à l'avant, le barreur est alors allongé dans la pointe (la proue) du bateau. Dans ce cas, les dimensions de l'espace sont réglementées afin que le barreur puisse se dégager facilement en cas de chavirage ou d'accident.



Catégories de bateaux barrés

Couple		Pointe	
Désignation de la classe de bateaux	Code abrégé	Désignation de la classe de bateaux	Code abrégé
		Deux rameurs en pointe avec barreur	2+
Quatre rameurs en couple avec barreur	4X+	Quatre rameurs en pointe avec barreur	4+
Quatre rameurs en yolette de couple avec barreur	4YX+	Quatre rameurs en yolette de pointe avec barreur	4Y+
Quatre rameurs en couple avec barreur mer	4X+ Mer		
Huit rameurs en couple avec barreur	8X+	Huit rameurs en pointe avec barreur	8+



Le matériel du barreur

La barre

Le principal "outil" à disposition du barreur est la barre. La barre, appelée gouvernail sur les navires, sert à modifier la trajectoire du bateau, celle-ci est mobile. Il ne faut pas la confondre avec la dérive, qui elle est fixe, et qui sert à maintenir la trajectoire en ligne droite.

La barre est située soit à l'arrière du bateau, soit sous la pointe arrière (l'étambot), derrière la dérive. Les parties de la barre sont :

- le safran : plaque immergée mobile,
- l'axe : tige métallique reliant le safran au timon,
- le timon : pièce permettant de modifier l'action du safran

Le tire-veille est le filin tenu par le barreur et relié au timon.

On tire la barre du côté où l'on veut diriger le bateau.

Équipements complémentaires

Le barreur peut détenir des équipements complémentaires à l'initiative de l'association :

- **la Cox Box** : c'est le dispositif électronique permettant l'amplification du son, l'affichage du temps, le nombre de coups et la cadence,
- **Le microphone** : il est maintenu sur le barreur par un bandeau de tête et il est relié à la cox box ; il permet de s'adresser aux rameurs par l'intermédiaire de hauts parleurs fixés et répartis dans le bateau.

La cox box et le microphone ne sont pas pris en compte lors de la pesée des barreurs.



Cox Box ou Sono

Amplificateur avec affichage du temps, du nombre de coups et de la cadence.



Microphone

Microphone maintenu par un bandeau et relié à la cox box.



Haut-parleur

Haut-parleurs fixés dans le bateau pour transmettre les consignes du barreur.

La tenue du barreur

Comme les rameurs, le barreur doit être en tenue aux couleurs de son association et l'ensemble des tenues doit être uniforme.

En mer, le barreur doit obligatoirement porter un gilet de sauvetage.

Cependant, à titre exceptionnel en cas de froid, le Président du Jury peut accepter que les barreurs soient mieux protégés et donc pas forcément dans la même tenue que les rameurs.



Comportement et missions du barreur

En toutes circonstances, en tant que compétiteur, le barreur respectera les Codes avec loyauté et respect d'autrui. Il veillera à la sécurité de son équipage et aux risques encourus par la présence des autres bateaux; il respectera les règles de circulations notamment lors des échauffements et des retours au calme. Il devra répondre aux remarques et ordres des arbitres.

A l'embarquement, il se présentera en même temps que les rameurs avec :

- sa licence ou une pièce d'identité,
- sa fiche de pesée
- sa tare s'il en détient une et la positionnera près de lui dans le bateau

En mer, le barreur signe la feuille d'émargement avant de monter en bateau.

Il pourra s'assurer que son bateau est bien muni de la boule d'étrave et du numéro. La licence ou la pièce d'identité pourront être présentées par le délégué ou l'entraîneur.

En se rendant au départ,

- il respectera les règles de circulation,
- il fera arrêter son bateau au passage d'une course.

Dans la zone de départ, il veillera à ne pas faire arrêter son bateau sur la ligne de départ entre l'aligneur et la mire afin de ne pas être un obstacle à l'alignement des bateaux. Il fera observer le calme qui doit régner dans cette zone.

Il observera les procédures en cours des autres courses afin d'éviter d'éventuelles erreurs.

Il veillera également à ne pas trop s'éloigner du starter afin de pouvoir répondre à son appel et éviter ainsi tout retard au départ.

En mer, du fait de l'absence de lignes d'eau, le départ se fait entre deux bouées distantes d'une centaine de mètres l'une de l'autre. Le barreur s'assure de la présence de son équipage dans la zone en amont du départ cinq minutes avant et de ne plus couper cette ligne jusqu'au départ.

Il respecte et fait respecter la procédure des trois minutes de départ et surveille les signaux visuels et sonores envoyés par le bateau de l'organisation.

L'entrée dans le champs de course :

Le barreur sera particulièrement attentif aux ordres et recommandations du starter et des juges situés à proximité.

En cas de départ tenu il contournera les pontons de départ par le côté indiqué par les juges dans **l'ordre d'appel du starter.**

Il fera entrer son bateau dans le champs de course le plus près possible des teneurs de bateau pour éviter de faire reculer le bateau en « dénageant » sur une trop grande distance.

L'alignement

L'alignement est certainement la manœuvre la plus délicate en aviron, surtout par grand vent.

En cas de départ non tenu, le barreur devra être très attentif aux ordres de l'aligneur.

Au préalable, en attendant l'ordre de départ, il fera "serrer" le bateau du côté des bouées d'où vient le vent.

Il veillera à ce que les manœuvres soient faites par les rameurs jambes tendues par petits coups d'aviron, surtout pour compenser les effets du vent.

Il devra veiller à ce que son bateau soit bien dans l'axe du couloir (au milieu et parallèle aux lignes de bouées).

Pour redresser son bateau qui serait de travers, il fera mettre les rameurs de proue sur "l'avant" jambes pliées et les fera ramer du côté permettant de ramener le bateau dans l'axe du couloir (si la pointe du bateau est sur tribord, faire ramer tribord).

Avant les "deux minutes", il s'assurera que les rameurs soient bien en tenue uniforme (couvre chef, maillot, collant, tee-shirt, chaussettes, combinaison...).



Le parcours

Dès le départ, le soucis du barreur sera de conserver la trajectoire dans l'axe du couloir, parce que la ligne droite est le plus court chemin d'un point à un autre, mais surtout pour éviter tout abordage avec les autres de bateaux qui pourrait causer de graves accidents et qui pourrait être la cause de sanctions.

Il faut rappeler que l'équipage dont les bouillons des avirons dans le couloir voisin gêneraient un bateau concurrent peut être passible de sanctions également, voire de disqualification.

Les actions sur la barre doivent se faire par petits coups pour ne pas déséquilibrer le bateau ; ils doivent également permettre de compenser les différences de puissance exercées par les rameurs entre une bordée et l'autre.



En mer, le barreur suit la trajectoire de course établie par l'entraîneur, avec des passages de bouées, des changements de trajectoires et des distances variables entre chaque bouée.

Il respecte les règles de priorité à l'approche des bouées et évite les collisions entre navires.

Pour rappel le premier bateau à l'approche d'une bouée est prioritaire mais un bateau rattrapant ne doit pas être gêné par le rattrapé et de même, si deux bateaux sont sur la même ligne à l'approche d'une bouée, c'est celui qui se trouve à l'intérieur qui possède la priorité.

Nota : en cas de naufrage du bateau, le barreur équipé de son gilet, doit distribuer les autres gilets de sauvetage qu'il a derrière lui, aux autres membres d'équipage.



L'arrivée

Avant l'arrivée, le barreur devra prévoir les risques de changement de trajectoire suite à "l'enlevage" des rameurs dans les dernières centaines de mètres du parcours.

A l'arrivée il devra veiller qu'aucun bateau ayant précédé le sien soit un obstacle.

Il dégagera la zone d'arrivée dans les plus brefs délais.

Il regagnera la zone de retour au calme ou le ponton de débarquement et respectera les règles de circulation en veillant principalement à ne pas rentrer dans le champs de course, ce qui peut être passible de sanctions pour la course suivante.

En cas de réclamation en l'absence du juge de parcours il peut être amené à regagner la tour d'arrivée ou la berge pour la déposer auprès du jury.

Ces manœuvres doivent être exécutées dans la plus grande attention de l'arrivée de la course suivante.

Absence de surcharge, surcharge non conforme, surcharge pas près du barreur ou absence du barreur entraînent la disqualification de l'équipage.

Le débarquement

L'accostage du ponton de débarquement doit se faire en respectant l'ordre d'approche des autres équipages.

Le barreur doit être en mesure de présenter :

- sa licence ou sa pièce d'identité,
- sa fiche de pesée,
- sa tare qui peut être à nouveau pesée.



En mer, au retour de l'équipage à son lieu de débarquement, le barreur veille à signer la feuille d'emargement auprès du jury sous peine de disqualification.

Appréciations sur le barreur

Les barreurs sont formés dans les clubs et lors des stages.

Leurs évaluations sont faites par les entraîneurs de club, les cadres techniques ou les membres de l'Equipe Technique Régionale lors des stages et par les Présidents de Jury lorsque le barreur en formation lui a été signalé.

Pour participer aux Championnats de France les jeunes barreurs doivent être titulaires du diplôme d'Aviron d'Or option compétition.

Le tableau ci-après permet d'évaluer la formation du barreur.

Niveau	Titre	Mode d'évaluation
1er niveau	Barreur de club	Dans les clubs
2e niveau	Barreur départemental	En stage ou regroupements départementaux
3e niveau	Barreur régional	En stage de ligue et en compétition

Fiche de séance: **La Direction**

Format :

1^{ère} partie dans le parc à bateaux (30 à 45 minutes)

2^{ème} partie sur l'eau (1h30) (Besoin de bateau avec rameurs)

Aller droit est la première chose que doit savoir faire un barreur, le plus court chemin pour aller du départ à l'arrivée d'une course étant la ligne droite.

L'aviron est un sport de glisse. Le bateau est en inertie sur l'eau. Il ne tourne, n'accélère ou ne ralentit pas comme une voiture ou une moto. Il faut donc toujours anticiper ses mouvements.

La notion d'équilibre est également un élément primordial en aviron. Le fait d'actionner la barre agit sur l'équilibre du bateau. Il faut donc faire des petits mouvements.

Comment aller droit ?

Plusieurs éléments sont à prendre en compte :

- **Les conditions climatiques :**
 - o Le vent
 - o Le courant
- **La position du barreur et de la barre dans le bateau :**
 - o A l'avant du bateau
 - o A l'arrière du bateau
 - o Barre croisée ou décroisée
- **La taille, le poids et la catégorie du bateau :**
 - o Un deux, un quatre et un huit n'ont pas la même taille et le même poids
 - o Un bateau de pointe a tendance à aller moins droit qu'un bateau de couple
- **La vitesse du bateau :**
 - o La barre réagit proportionnellement à la vitesse du bateau

Quels sont les fondamentaux ?

- Toujours aligner son bateau avant de partir, en fonction des conditions climatiques.
- Ne jamais mettre de « grand coups de barre ».
- Etre dans l'anticipation et non dans la réaction.
- Rester concentrer.

Fiche de séance: **L'entraînement**

Format :

1^{ère} partie en salle (30 minutes)

2^{ème} partie sur l'eau (1h30) (Besoin de bateau avec rameurs)

Le barreur est le relai de l'entraîneur pendant les séances d'entraînement.

Avant la séance :

- Se renseigner auprès de l'entraîneur ou des rameurs du programme de la séance.
- Savoir à quel moment dans la séance les exercices et le programme doivent être réalisés.
- S'assurer que la sono fonctionne (surtout que la batterie est chargée).

Pendant la séance :

- Savoir annoncer les exercices et les manœuvres : parler clairement et dans le rythme du coup d'aviron.
- En l'absence de l'entraîneur, prendre en main les exercices et le programme en collaboration avec le chef de nage.
- Prendre les temps de passage pendant les programmes.
- Prendre, si besoin est, les pulsations des rameurs.

Après la séance :

- Débriefing la séance avec les rameurs et l'entraîneur.
- Si un programme a été effectué, il faut avoir en tête les temps de passage.
- S'assurer que le bateau est propre et le matériel rangé.
- Mettre la sono en charge.

Fiche de séance: **La compétition**

Format :

1^{ère} partie en salle (30 minutes)

2^{ème} partie en compétition

Avant la course :

- S'assurer que le matériel est en état (bateau, avirons, sono)
- Aller s'échauffer au sol avec les rameurs.
- Mettre en place la tactique de course avec les rameurs et l'entraîneur.
- Mettre en confiance les rameurs pendant l'échauffement sur l'eau.
- Faire faire des accélérations d'échauffement.
- Motiver les rameurs juste avant de s'aligner.

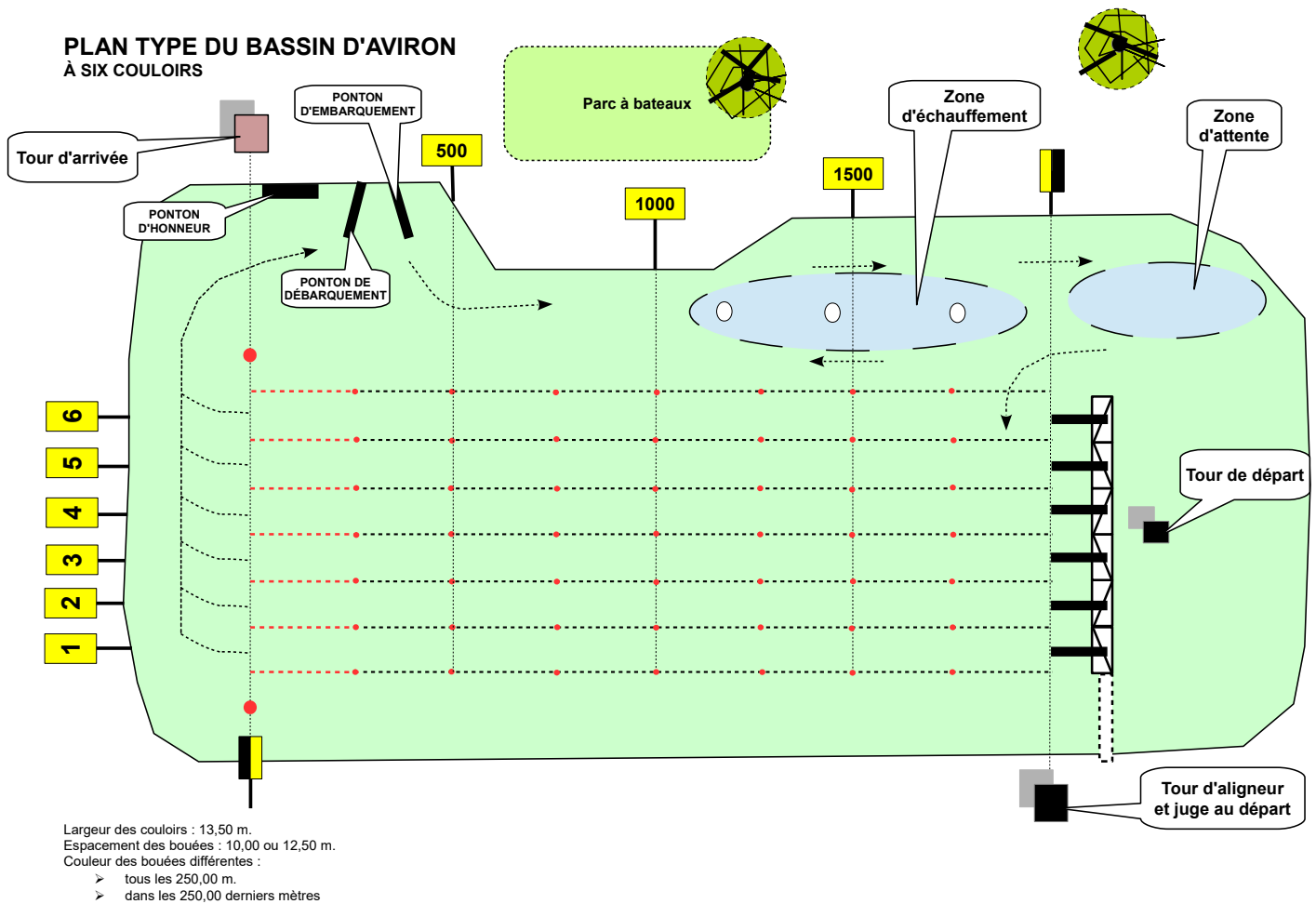
Pendant la course :

- Etre attentif à la direction.
- Renseigner les rameurs sur la position et la distance.
- Ecouter les barreurs adverses.
- Exécuter la tactique de course.
- Prendre des initiatives par rapport à la tactique, si besoin est.
- Choisir les bons mots aux bons moments.

Après la course :

- Faire récupérer les rameurs (sur l'eau ou au sol).
- Débriefing la course avec les rameurs après la récupération.
- Faire part de ses impressions de course.

Plan type Bassin d'Aviron



Aviron de Mer

Procédure de départ en Mer

Annnonce du départ dans 3 minutes



Les trois boules sont envoyées une à une accompagnées de trois coups brefs du signal sonore. Le décompte exact du temps débute une fois la troisième boule hissée.

Annnonce du départ dans 2 minutes



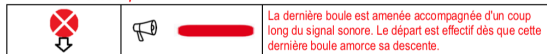
Une boule est amenée accompagnée simultanément de deux coups brefs du signal sonore

Annnonce du départ dans 1 minute



Une seconde boule est amenée accompagnée simultanément d'un coup bref du signal sonore

Annnonce du départ



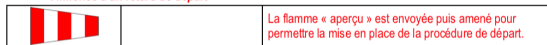
La dernière boule est amenée accompagnée d'un coup long du signal sonore. Le départ est effectif dès que cette dernière boule amorce sa descente.

Faux départ de masse



Le pavillon « B » est envoyé accompagné par deux coups longs du signal sonore

Annnonce d'un retard de départ



La flamme « aperçu » est envoyée puis amené pour permettre la mise en place de la procédure de départ.

Changement de parcours



Pavillon « C » envoyé et maintenu durant toute la procédure de départ.

Principales règles en course

Toute embarcation a obligation de respecter le parcours annoncé.

Aide extérieure

Aucune aide matérielle extérieure à l'équipage n'est autorisée.

Rattrapage – Obstruction

Toute embarcation rattrapant un autre concurrent est tenue d'éviter un abordage.

L'embarcation rattrapée ne doit en aucun cas faire obstruction à toute manœuvre de dépassement par un équipage rattrapant.

Risque d'abordage

En cas de risque d'abordage de plusieurs bateaux, un équipage qui s'estime trop serré par ses voisins doit interpellé nominativement l'un ou l'autre de ses voisins soit par le nom du bateau, soit par le nom de l'association, ou encore par le nom patronymique du rameur en solo en disant "x... de l'eau !

L'embarcation interpellée fautive doit infléchir sa route pour laisser à l'embarcation serrée et à ses avirons l'espace nécessaire.

Abordage

En cas d'abordage des bateaux ou des avirons, le ou les équipages fautifs peuvent être sanctionnés.

Virement d'une marque de parcours

Lors du virement d'une marque de parcours les équipages doivent veiller à éviter tout abordage et respecter les règles de rattrapage



Nota : ce lexique ne reprend pas la totalité des termes utilisés en aviron et notamment ceux concernant la technique, les réglages, l'entretien du matériel, la pédagogie, le Code de Navigation, etc.

A	
Abordage (m)	Collision entre des bateaux. Les causes en sont souvent le non respect des règles de circulation .
Accastillage (m)	Ensemble des accessoires servant à la manœuvre d'un bateau.
Albano (n. propre)	Nom de la ville d'Italie où fut utilisé pour la première fois le balisage de ce nom (1960). voir <i>Système Albano</i> .
Aligneur (m)	Arbitre chargé d'aligner les bateaux par la boule d'étrave sur la ligne de départ.
Amende (f)	L'amende est une sanction financière, fixée par un barème, appliquée à une association .
Arbitre (m)	Personne diplômée par la FFA et désignée pour assurer l'équité entre les équipages et leur sécurité. Selon certaines fonctions il est appelé " juge ".
Arbitre de parcours (m)	Arbitre responsable du parcours ou de la partie de parcours qui lui est confié.
Armement (m)	Placement des portants sur les bordages de l'embarcation.
Arrivée (f)	- La ligne d'arrivée est la ligne qui définit la fin de la distance d'une course, - La zone d'arrivée est l'espace proche situé avant et après la ligne d'arrivée.
Avarie (f)	Domage subi par une embarcation ou problème technique.
Avertissement (m)	L'avertissement est une sanction qui court du moment où il a été notifié à un équipage jusqu'à l'arrivée de la prochaine course à laquelle il participe dans la régates. Un deuxième avertissement pendant cette période entraîne la disqualification de l'équipage.
Aviron (m)	- Outil (appelé communément «rame») destiné à la propulsion manuelle d'engin flottant prenant appui sur l'engin lui-même. Il peut être en bois, en métal, en fibre de verre ou en carbone, - Discipline sportive de canotage dans laquelle l'aviron est utilisé comme moyen de propulsion.
Axe (m)	- Tige métallique maintenant la dame de nage sur le portant, - Tige métallique fixant la barre à l'embarcation (appelé également « <i>mèche</i> », peu usité)
B	
Babord (m)	Côté gauche d'une embarcation en regardant vers l'avant.
Balisage (m)	Ensemble des bouées délimitant le champ de courses , les couloirs et autres repères spécifiques.
Barre (f)	Pièce placée à l'arrière ou sous la pointe arrière d'une embarcation permettant de modifier sa trajectoire. Elle est constituée d'un safran (partie verticale immergée), d'un axe et d'un timon (partie horizontale) permettant de modifier l'action du safran.
Barre de pieds (f)	Partie du cale-pieds recevant les planches de pieds prenant appui sur chaque côté de la charpente du bateau (préceinte).
Barre de renfort (f)	Tube renforçant le portant appelé également « 5ème barre ».
Barrette de fermeture (f)	Tige généralement filetée permettant de fermer la dame de nage. Elle est appelée communément «aiguillette».
Barreur (m), barreuse (f)	Le barreur ou la barreuse est le membre d'un équipage chargé de diriger le bateau. Il est soumis à un poids minimum suivant la catégorie de l'équipage. Il est admis sans distinction de catégorie et de sexe.
Bassin (m)	Partie d'un plan d'eau ou d'un cours d'eau où se pratique l'aviron (voir <i>Champ de courses</i>).
Bordage (m) ou bordé (m)	Partie de la coque d'un bateau constituée d'une mince feuille de bois ou de matériaux composite fixé sur la charpente. Il est à « franc-bord » lorsqu'il est constitué d'une seule feuille et « à clin » lorsqu'il est constitué de plusieurs lames de bois se chevauchant.
Bordée (f)	Partie d'un équipage « ramant en pointe » d'un côté ou de l'autre d'un bateau.
Bouée (f)	Balise sphérique accrochée à un câble immergé dans le cas d'un balisage d'aviron ou à un lest dans les autres cas.
Boule d'étrave (f)	Boule de protection de 4cm de diamètre minimum fixée à l'avant du bateau.
Bout (m)	Cordage en terme maritime (<i>se prononce «boute</i> »).
Bureau de Jury (m)	Ensemble des arbitres, dont le Président du Jury, statuant sur les réclamations déposées par les groupements sportifs.

C	
Cale-pieds (m)	Pièce réglable située devant le rameur lui permettant de prendre appui avec ses pieds. Il est constitué de la barre de pieds et de la planche de pieds qui reçoit elle même les chaussures ou les sangles. La planche de pieds prend appui sur la carlingue .
Carlingue (f)	Pièce longitudinale de renforcement placée au fond du bateau.
Carreau (m)	Planche plane plus épaisse ceinturant le bordage à hauteur des genoux .
Catégorie (f)	Ensemble des rameurs de même nature. Les rameurs sont classés selon l'âge, le poids et le sexe.
Champ de course (m)	Partie d'un bassin, délimitée par un balisage, réservée aux courses.
Chavirage (m)	Inclinaison ou retournement d'un bateau entraînant la chute involontaire du rameur dans l'eau.
Chef de nage (m)	Sur une embarcation, rameur placé à l'arrière, sur lequel les autres rameurs synchronisent leur «nage».
Circulation (f)	Les règles de circulation sur un plan d'eau, à l' entraînement et en compétition sont indiquées sur des plans de circulation affichés près des pontons d'embarquement. Tout manquement à ces règles est sanctionné.
Clin (m)	<i>voir Bordage.</i>
Cloche (f)	Instrument utilisé par le starter ou le juge de parcours comme signal sonore pour ordonner l'arrêt d'une course.
Code (m)	Ensemble des règles relatives au déroulement des compétitions : - Codes des Régates s'appliquant aux régates en eaux intérieures, - Code des Régates en Mer s'appliquant aux régates en mer.
Collier (m)	Cercle en métal ou en plastique fixé sur le manchon de l'aviron permettant de le caler dans la dame de nage .
Comité d'organisation (m)	Ensemble des personnes, sous l'autorité d'un Président, chargé de l'organisation et de la logistique d'une compétition.
Commission de contrôle (f)	Ensemble des arbitres contrôlant : - à l'embarquement : l'identité des rameurs, la composition des équipages, les équipements de sécurité, - au débarquement : l'identité des rameurs et les surcharges des barreurs, - à la pesée : les rameurs poids léger et les barreurs.
Coulisse (f)	<i>voir Siège.</i>
Couloir (m)	Espace réservé à un équipage dans un champ de course. Il peut être ou non délimité par des bouées.
Couple (f)	Armement d'un bateau permettant de ramer avec un aviron dans chaque main.
Couple (m)	Autre nom de la <i>membrure</i> ou de la <i>varangue</i> .
Course (f)	Compétition de vitesse : - course en ligne : compétition entre plusieurs équipages alignés au départ, - course contre la montre (<i>appelée tête de rivière</i>) : compétition entre plusieurs équipages avec un
Couvre-chef (m)	Ce qui sert à couvrir la tête tel que les casquettes, chapeaux, visières, bandeaux, foulards, etc... Ils sont aléatoires dans la tenue mais ils doivent être tous identiques pour un même équipage.
Croisillons (m)	Lattes de bois en forme de « X » reliant les préceintes opposées du bateau et prenant appui sur les traverses .
D	
Dame de nage (f)	Pièce pivotante en forme de U fixée sur le plat-bord ou en bout des portants et recevant l'aviron appelée aussi <i>Système</i> .
Déclassement (m)	Le déclassement d'un équipage est une sanction qui consiste en la perte d'une ou plusieurs places dans la course dans laquelle cette sanction a été prononcée.
Délégué (m)	Personne licenciée FFA majeure représentant un groupement sportif. Il est le seul interlocuteur entre le groupement sportif et le Jury et n'est pas obligatoirement membre du groupement sportif qu'il représente. Il est identifié lors de la réunion des délégués.
Dénager (v)	Ramer en faisant reculer le bateau.
Départ (faux) (m)	Un équipage commet un faux-départ quand il franchit la ligne de départ avant que le départ ait été donné.
Départ (m)	- La ligne de départ est la ligne qui définit le début de la distance d'une course, - La zone de départ est l'espace proche situé avant ou après la ligne de départ.
Départ aux feux (m)	Feux lumineux rouges et verts situés face à chaque équipage sur la ligne de départ. Le feu vert autorisant le départ est asservi à un signal sonore. Ces systèmes remplacent le drapeau rouge et le signal oral « <i>Partez !</i> » du Starter.

Dérive (f)	Plaque verticale placée sous la pointe arrière dans l'axe longitudinal d'un bateau permettant de maintenir celui-ci dans une trajectoire rectiligne.
Disqualification (f)	La disqualification d'un équipage consiste en l'interdiction pour tous les compétiteurs de cet équipage de participer à toute autre course dans la régate concernée.
Drapeau (m)	Signal visuel à disposition des arbitres : - le drapeau rouge sert à donner le départ, à arrêter une course ou à ne pas valider l'ordre d'arrivée d'une course, - le drapeau blanc sert à donner des indications de direction en cas de danger, à arrêter un bateau lors d'un course et à valider l'ordre d'arrivée d'une course. <i>Nota : le drapeau rouge du starter peut comporter une croix de Saint-André blanche</i>
E	
Échauffement (zone d') (f)	Partie du bassin réservée à l'échauffement des rameurs avant le départ de leur course. Elle est indiquée sur le plan de circulation.
Écoutille (f)	Trappe permettant d'accéder sous les parties pontées des bateaux.
Engagement (m)	Formalité par laquelle un groupement sportif engage un ou plusieurs équipages à une compétition.
Épreuve (f)	Compétition sportive d'une catégorie de rameurs dans un type de bateaux. L'épreuve peut comporter plusieurs courses (séries qualificatives, repêchages, demi-finales, finales).
Équipage (m)	Un ou plusieurs rameurs d'une embarcation y compris le barreur.
Étambot (m)	Autre nom de la pointe arrière d'un bateau.
Étrave (f)	Autre nom de la pointe avant d'un bateau.
Exclusion (f)	L'exclusion d'un équipage consiste en l'interdiction de participer à toutes les courses de l'épreuve concernée.
F	
Feux (m)	voir <i>Départ aux feux</i> .
Fiche de pesée (f)	Fiche remise au barreur à l'issue de la pesée sur laquelle sont mentionnés le nom du barreur et la course à laquelle il participe, son poids, le poids de la surcharge éventuelle et le poids total.
Forfait (m)	Le forfait est la déclaration par laquelle l'association signale l'absence d'un équipage pour une raison valable. Le forfait non valable et le forfait non déclaré peuvent faire l'objet d'une sanction.
G	
Genou (m)	Prolongement des membrures d'un bateau dans la hauteur du carreau. Les portants sont fixés sur les genoux.
H	
Hiloire (f)	Bordure verticale placée à l'arrière de la proue et en prolongement du carreau d'un bateau empêchant les entrées d'eau dans le bateau.
J	
Juge (m)	Autre nom des arbitres affectés à une tâche particulière : - le juge au départ décide de la régularité du départ, - les juges à l'arrivée établissent le classement des équipages.
Jury (m)	Ensemble des arbitres désignés pour officier lors d'une régate.
L	
Lacet (m)	Par lacet, au sens de la conformité du cale-pieds, on entend le lacet reliant le talon de chaque chaussure au fond du bateau. Le débattement du talon est limité à 7 cm.
Levier (m)	Partie de l'aviron située entre le collier et la poignée.
Licence (f)	La licence est la fiche d'immatriculation ou carte d'identité d'un pratiquant délivrée par la fédération sportive, obligatoire pour participer à des compétitions officielles. Elle doit être présentée, ou remplacée par une pièce d'identité, à toute demande du corps arbitral.
Liston (m)	Baguette en bois profilée placée sur le dessus du carreau d'un bateau.
M	
Manche (m)	Long tube en bois, métallique ou en matériau composite constituant l'aviron.
Manchon (m)	Tube en surépaisseur disposé sur le manche de l'aviron permettant de le placer dans la dame de nage, d'assurer sa rotation et de donner l'inclinaison de la palette.
Membrane (f)	Assemblage dont l'ensemble constitue l'ossature de la coque sur laquelle est fixé le revêtement extérieur, appelé bordé ou bordage.
Mire (f)	Panneau jaune et noir placé exactement sur les lignes de départ et d'arrivée face à l'aligneur ou aux juges à l'arrivée.
N	
Numéro (m)	Plaque fine portant un numéro sur chaque face, placée à l'avant du bateau. Il permet l'identification d'une embarcation et l'attribution d'un couloir pour les courses en ligne et l'ordre de départ pour les courses contre la montre.
O	
Outrigger (m)	Embarcation armée de portants .

P	
Pair-oar (m)	Autre nom d'origine anglaise d'un bateau à deux rameurs en pointe sans barreur.
Palette (f)	Partie élargie à une extrémité de l'aviron permettant de prendre appui sur l'eau. Les ailes de palettes sont les parties situées, de part et d'autre, à l'extérieur du manche.
Palonnier (m)	voir <i>Timon</i> .
Parc à bateaux (m)	Espace terrestre réservé au stockage des bateaux.
Pelles (f)	Autre nom donné aux avirons.
Pesée (f)	Opération de contrôle pratiquée avant une épreuve afin de vérifier le poids des barreurs, le poids des « poids léger » et le poids minimum des bateaux. Sauf pour les bateaux, elle se déroule entre une heure et deux heures avant l'heure de la première course de la journée à laquelle ils participent. Le barreur est pesé également selon le poids exigé par la catégorie.
Plan de circulation (m)	voir <i>Circulation</i> .
Planche de pieds (f)	Planche du cale-pieds recevant les pieds ou les chaussures du rameur.
Planchette (f)	Petite planche fixée sur les traverses d'un bateau en bois ou emplacement sur lesquels le rameur peut poser ses pieds à l'embarquement et au débarquement.
Poids léger (m)	Catégorie de rameurs astreinte à un poids maximum.
Poignée (f)	Partie de l'aviron sur laquelle le rameur place sa main.
Point (m)	Nombre appliqué au barèmes des amendes affecté d'une valeur fixée par la FFA.
Pointe (f)	- Armement d'un bateau permettant de ramer avec les deux mains sur le même aviron, - Terme général s'appliquant à la proue et à la poupe d'un bateau. On parle alors de pointe <i>avant</i> ou de pointe <i>arrière</i> .
Pontage (m)	Fermeture de la proue et de la poupe par une feuille de matériau composite ou par une toile sur les bateaux en bois.
Ponton (m)	Plate-forme terrestre sur une berge ou flottante arrimée à la berge permettant l'embarquement et l'accostage des bateaux. On distingue trois sortes de pontons : ponton d'embarquement , ponton de débarquement et ponton d'honneur (réservé aux remises de récompenses).
Portant (m)	Ensemble de tubes métalliques ou en matériaux composites fixés sur le carreau d'un bateau et recevant la dame de nage à son extrémité.
Porte numéro (m)	Support fixé sur l'avant du bateau permettant l'accrochage du numéro du bateau.
Position de sécurité (f)	Position que doit adopter un rameur pour éviter le chavirage de son bateau, surtout en cas de difficultés.
Poupe (f)	Partie arrière du bateau.
Préceinte (f)	Dans la construction en bois, ceinture de bordage épais qui entoure le bateau à l'intérieur et sous le carreau.
Président de Jury	Arbitre désigné et responsable de l'arbitrage d'une régata ; il veille au bon déroulement de la régata et reçoit les réclamations.
Proue (f)	Partie avant du bateau.
Q	
Qualificatif	voir <i>Système qualificatif</i> .
R	
Rails (m)	Chemin de roulement dans lequel se déplace le siège.
Rameur (m)	Personne pratiquant l'aviron (rameur, rameuse). Au sens général, ce terme s'applique indifféremment aux personnes des deux sexes.
Ramer (v)	Manœuvrer l'aviron pour faire avancer un bateau.
Râtelier (m)	Support servant à ranger les avirons dans un garage.
Réclamation (f)	Action de s'adresser à un membre du Jury pour se plaindre de quelque chose, contester une décision ou signaler une anomalie. Pour les courses en ligne, elle doit être posée en levant la main au plus tard dans les trente secondes suivant l'arrivée du dernier bateau. Pour les courses contre la montre, elle doit être posée dès l'arrivée.
Registre de sortie (m)	Cahier de club sur lequel doivent être consignées par l'un des rameurs avant chaque sortie de bateau, son identification, la composition de l'équipage et l'heure de sortie ; au retour seront consignés l'heure de retour et tout incident survenu.
Règles de circulation (f)	Règles fixées par les Codes de la navigation fluviale et maritime. En aviron, voir <i>Circulation</i> ; ces règles sont également précisées lors de la réunion des délégués.
Régulateur (m)	Arbitre ou bénévole situé dans la zone de départ, chargé d'appeler les concurrents d'une course et de les mettre à disposition du Starter.
Réprimande (f)	La réprimande est une remarque verbale sans incidence directe ou financière. Sa non-observation entraîne l'application d'une des autres sanctions prévues.
Retour au calme (zone de) (f)	Partie du bassin réservée à la « récupération » des rameurs après leur course. Elle est indiquée sur le plan de circulation et peut être commune avec la zone d'échauffement.
Réunion de délégués (f)	Réunion à laquelle participent l'organisateur, le Jury et les délégués de clubs avant une compétition.

S	
Safran (m)	Plaque verticale de la barre immergée permettant de modifier la trajectoire d'un bateau.
Sanctions (f)	Mesures répressives appliquées par le jury pour l'inobservation des règles. Elles sont, dans l'ordre croissant de gravité, la réprimande, l'avertissement, le déclassement, l'exclusion, la disqualification. Hormis la réprimande, elles peuvent assorties d'une amende.
Sécurité (f)	Ensemble des règles et mesures permettant d'assurer la sécurité des rameurs et la protection du matériel.
Scier (v)	Maintenir les pelles « <i>au carré</i> » dans l'eau pour arrêter le bateau. On dit aussi « <i>planter</i> »
Siège (m)	Assise mobile munie de roulettes qui permet le déplacement du rameur sur son bateau. Elle est appelée communément « <i>coulisse</i> ».
Skiff (m)	Nom d'origine anglaise (de l'ancien français « esquif ») d'un bateau à un rameur en couple.
Starter (m)	Arbitre chargé de donner les départs et de gérer la zone de départ.
Surcharge (f)	Poids supplémentaire infligé à un barreur n'atteignant pas le poids minimum. Elle est constituée d'un sac chargé de sable ou de gravier et fermé.
Système (m)	Autre nom de la <i>Dame de nage</i> (peu usité).
Système Albano (m)	Ensemble des bouées alignées délimitant le champ de courses d'aviron et les couloirs. Elles sont fixées sur un câble immergé à 1,50 m. de profondeur tendu d'une berge à l'autre dans le sens des couloirs.
Système qualificatif (m)	Méthode définissant le déroulement d'une épreuve suivant le nombre d'engagés dans une compétition.
T	
Tare (f)	Autre nom de la <i>surcharge</i>
Tenue (f)	Ensemble des vêtements portés par un rameur pendant une course. Elle est aux couleurs du groupement sportif déclarées à la FFA. Elle doit être uniforme pour l'ensemble des rameurs d'un même équipage. Une règle particulière s'applique aux couvre-chefs .
Tête de rivière (f)	voir <i>Course</i> .
Timon (m)	Pièce horizontale située au dessus du safran appelée aussi <i>palonnier</i> .
Tire-veilles (m)	Filins tenus par le barreur et reliés au timon.
Tolet (m)	Tige en bois ou en métal, fixée dans le plat-bord d'un bateau sans portants, servant à recevoir l'erseau d'un aviron et remplaçant la dame de nage.
Traverse (f)	Pièce en bois transversale reliant les deux cotés de la membrure à hauteur de la préceinte et recevant les rails du siège.
Tribord (m)	Côté droit d'une embarcation en regardant vers l'avant.
V	
Varangue (f)	Autre nom de la membrure ou du couple.
Y	
Yole (f)	Embarcation à bordage à clins, sans portants, pontée ou non. Les dames de nage sont fixées sur le carreau et les rameurs sont décalés sur leur bordée.
Yolette (f)	Embarcation moins large que la yole, à bordage à franc-bord, armée en pointe ou en couple où les rameurs sont placés dans l'axe du bateau.



Espace personnel

Nom:

Prénom:

Stages de Formation

Date	Lieu	Formateur	Observations

Notes Personnelles



Monte à la barre et dirige le bateau!

