BREVETS D'ENDURANCE MER

CONDITIONS DE RÉUSSITE :
Être capable de ramer sur de longues distances en aviron de mer.
Démontrer des qualités d'endurance en individuel ou par équipe.

LA PRÉPARATION DE CES BREVETS PERMET D'AMÉLIORER LES CAPACITÉS D'ENDURANCE PHYSIQUE ET LE NIVEAU TECHNIQUE POUR OBTENIR UN MEILLEUR RENDEMENT.

NOM : ..... / PRÉNOM : ..... / N° LICENCE : .....

10 KILOMÈTRES

J'ai réussi à parcourir la distance de 10 kilomètres en bateau individuel d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....

SEMI-MARATHON 21 KILOMÈTRES

J'ai réussi à parcourir la distance de 21 kilomètres en bateau individuel d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....

MARATHON 42 KILOMÈTRES

J'ai réussi à parcourir la distance de 42 kilomètres en bateau individuel d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....

PAR ÉQUIPAGE

J'ai réussi à parcourir la distance de 10 kilomètres en bateau collectif d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

ÉQUIPE : .....
.....
.....
.....
DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....

PAR ÉQUIPAGE

J'ai réussi à parcourir la distance de 21 kilomètres en bateau collectif d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

ÉQUIPE : .....
.....
.....
.....
DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....

PAR ÉQUIPAGE

J'ai réussi à parcourir la distance de 42 kilomètres en bateau collectif d'aviron de mer en ramant à allure régulière et sans arrêt.

ÉQUIPE : .....
.....
.....
.....
DATE : ...../...../.....
VALIDE PAR : .....