

## Guide d'utilisation des BREVETS D'AVIRON BANC FIXE



# Sommaire

<b>I. Les brevets de rameurs : nouvelle version .....</b>	<b>3</b>
1) La famille des Brevets « TECHNIQUES » .....	3
2) La famille des Brevets « PHYSIQUE » .....	3
3) La famille des Brevets « ENVIRONNEMENT » .....	3
4) Les pratiquants et les brevets de rameur .....	4
5) Quelques repères d'autonomie .....	4
<b>II. Les brevets d'aviron à banc fixe .....</b>	<b>5</b>
1) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 1 .....	6
2) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 2 .....	7
3) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 3 .....	8
4) Brevet de navigation en aviron à banc fixe "3 beaufort" .....	9
5) Brevet de navigation en aviron à banc fixe "5 beaufort" .....	10
6) Brevet de barreur d'aviron à Banc Fixe .....	11
7) Les brevets d'endurance en bateau collectif .....	12
<b>III. Grilles d'évaluation des brevets d'aviron banc fixe .....</b>	<b>13</b>

# I. LES BREVETS DE RAMEURS : NOUVELLE VERSION

La famille des brevets de rameur s'agrandit avec l'arrivée des brevets spécifiques à la pratique maritime, à la pratique indoor, à la pratique en banc fixe et à la pratique handi-aviron. Ils sont organisés en trois familles :

- « TECHNIQUE »
- « PHYSIQUE »
- « ENVIRONNEMENT ».

[Retrouvez tous les brevets d'aviron banc sur le site de la FFAviron](#)

## 1) La famille des Brevets « TECHNIQUES »

**Brevets d'aviron en « banc fixe »**

- le brevet d'aviron banc fixe niveau 1
- le brevet d'aviron banc fixe niveau 2
- le brevet d'aviron banc fixe niveau 3
- le brevet de barreur banc fixe

## 2) La famille des Brevets « PHYSIQUE »

**Brevet d'endurance en « bateau collectif »**

- le brevet d'endurance 10 km
- le brevet Semi-Marathon (21 km)
- le brevet Marathon (42 km)

## 3) La famille des Brevets « ENVIRONNEMENT »

**Brevet d'environnement en « aviron banc fixe »**

- le brevet de navigation 3 beaufort
- le brevet de navigation 5 beaufort

#### **4) Les pratiquants et les brevets de rameur**

Au sein d'un club qui utilise le dispositif des brevets de rameur, les pratiquants vont pouvoir se repérer facilement dans leur formation technique, dans leurs capacités à utiliser tel ou tel matériel, ou à naviguer en fonction des conditions de pratique.

Les brevets de rameur vont permettre à la fois de reconnaître les compétences de chaque rameur, et en même temps, d'être une source de motivation et de structuration de la saison sportive.

Les brevets de rameur, qu'ils soient techniques, physiques ou environnementaux permettent de proposer des objectifs adaptés à différents niveaux de rameur.

Les diplômes associés aux différents brevets permettent de valoriser les pratiquants et peuvent servir d'outils d'émulation au sein du club.

#### **5) Quelques repères d'autonomie**

**1<sup>er</sup> niveau de brevet technique** : fin de période de découverte.

Un équipage dont la majeure partie dispose de ce niveau de pratique, ne peut pas être considéré comme autonome dans sa pratique.

**2<sup>ème</sup> niveau de brevet technique** : fin de période d'initiation.

Un équipage dont la majeure partie dispose de ce niveau de pratique, peut naviguer avec une certaine autonomie sur du matériel adapté à son niveau, dans une zone délimitée et sécurisée dans des conditions de pratique favorables (météo, état de mer...).

**3<sup>ème</sup> niveau de brevet technique** : marque la période de perfectionnement.

Un équipage dont la majeure partie dispose de ce niveau de pratique, peut naviguer en autonomie en fonction de son expérience et des conditions de navigation. Les brevets d'endurance (10 km, Semi-Marathon et Marathon) sont de bons indicateurs des capacités physiques. Les brevets de navigation 3 beaufort et 5 beaufort permettent de mesurer la capacité d'adaptation des rameurs aux conditions environnementales.

**10 km en équipage** : premier niveau d'endurance.

Il s'agit plus d'un brevet pour donner envie au rameur d'aller plus loin et de réaliser qu'il franchit une étape. Le brevet des 10 km en bateau collectif doit faire partie de la période d'initiation. Il est difficile d'évaluer le niveau d'endurance du rameur en bateau collectif. Il est donc important de compléter ce brevet par un 10 km sur ergomètre (brevet indoor) ou sur bateau individuel (brevets mer ou eaux intérieures).

**Semi-Marathon en équipage** : niveau d'endurance supérieur.

Ce brevet montre cependant la capacité d'un équipage à avoir une pratique sur des séances plus longues qu'à l'accoutumée. C'est donc une étape intéressante pour tous les rameurs qui s'engagent dans des pratiques de courses longues distances ou des randonnées.

**Marathon en équipage** : un défi de groupe.

Réaliser la distance symbolique du marathon est toujours une étape importante. Dans le cadre des brevets de rameur, la distance du marathon en collectif peut permettre de donner un objectif sur une saison ou de préparer des raids et des longues randonnées sur plusieurs jours.

## II. LES BREVETS D'AVIRON A BANC FIXE

# BREVETS DE RAMEUR AVIRON BANC FIXE



ÉVALUEZ VOTRE NIVEAU D'AUTONOMIE EN AVIRON BANC FIXE  
Technique ~ Endurance ~ Navigation ~ Barreur

### TECHNIQUE

BREVET BANC FIXE  
NIVEAU 1



BREVET BANC FIXE  
NIVEAU 2



BREVET BANC FIXE  
NIVEAU 3



### ENDURANCE

ÉQUIPAGE

10 KM



Semi-Marathon

21 KM



Marathon

42 KM



### NAVIGATION

BREVET BANC FIXE  
« 3 BEAUFORT »



BREVET BANC FIXE  
« 5 BEAUFORT »



### BARREUR

BREVET BANC FIXE  
« BARREUR »



[ffaviron.fr/brevets-banc-fixe](http://ffaviron.fr/brevets-banc-fixe)





## 1) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 1



**Niveau :** L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe niveau 1 valide la fin de la période de découverte en aviron à Banc Fixe. Il est possible de passer ce diplôme à la suite d'un stage ou d'un cycle de 3 à 4 séances.

Ce brevet a pour objectif de valider la maîtrise des manœuvres de base de chaque rameur au sein d'un équipage.

**Matériel utilisé :** Tout bateau à banc fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron (eaux intérieures, mer ou banc fixe) ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

### **Organisation de l'évaluation :**

L'évaluation est constituée de 13 ateliers qui peuvent être rassemblés sous forme d'un parcours ou évalués au long cours sur une période comme un stage par exemple.

Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant des conditions de pratique idéales (peu ou pas de vent, de courant, de vague...), si possible à l'écart des voies de navigation.

### **Conditions de réussite :**

**Le parcours :** le rameur doit **valider au moins 12 ateliers du parcours** dont **obligatoirement les 3 ateliers éliminatoires** (en rouge). Les marques de parcours (bouées) peuvent être touchées par la coque ou les avirons sans que cela constitue un motif d'élimination.

### **Compétences évaluées sur le parcours technique :**

1. Préparer le matériel (avirons et équipements de son embarcation)
2. Mettre l'embarcation à l'eau avec aide
3. Installer les avirons dans les tolets
4. **Embarquer dans le bateau avec aide**
5. **Se mettre en position de sécurité**
6. Faire giter le bateau
7. Stabiliser le bateau
8. Avancer en ligne droite
9. Reculer en ligne droite
10. **Virer autour d'une bouée aux ordres du barreur**
11. Revenir à terre (quai, cale, plage ou ponton)
12. Descendre du bateau sans aide
13. Rentrer et ranger le matériel avec aide.

### **Connexion avec :**

L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe niveau 1 est obligatoire pour passer le brevet technique d'aviron à banc fixe niveau 2.

⇒ Grille d'évaluation du brevet d'aviron à banc fixe niveau 1





## 2) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 2



**Niveau :** Il faut être titulaire du brevet d'aviron à banc fixe niveau 1 pour prétendre à ce brevet. L'obtention du brevet technique d'aviron à banc fixe niveau 2 valide la fin de la période d'initiation en aviron à banc fixe. Il est possible de passer ce diplôme à la suite d'un apprentissage de quelques semaines ou quelques mois en fonction de la régularité des séances, des caractéristiques du plan d'eau et de l'environnement de pratique.

Ce brevet a pour objectif de vérifier les capacités du rameur à maîtriser les bases de la propulsion, de l'équilibre et de l'autonomie en environnement maritime au sein d'un équipage collectif. Il permet également de former les rameurs à l'emport et l'usage des matériels de sécurité (bout de remorquage, moyen de signalement, aide de flottabilité). Ces apprentissages doivent donc avoir été abordés pendant la formation du rameur avant le passage du brevet.

**Matériel utilisé :** Tout bateau collectif à banc fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron de Mer ou d'Aviron à Banc Fixe.

### Organisation de l'évaluation :

L'évaluation est constituée de 16 ateliers qui peuvent être rassemblés sous forme d'un parcours ou plusieurs parcours et d'un questionnaire abordant les thématiques de l'environnement de pratique, le matériel et les règles de sécurité en aviron à banc fixe en mer. Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant des conditions de pratique aisées (vent et courant faibles). L'atelier de remorquage peut s'effectuer à l'aide d'un canot moteur ou d'une autre embarcation d'aviron à banc fixe.

### Conditions de réussite :

Le rameur doit **valider au moins 15 ateliers du parcours** dont **obligatoirement les 5 ateliers éliminatoires** (en rouge) et obtenir **12 points minimum au questionnaire** (note sur 20).

### Compétences évaluées sur le parcours technique :

1. Renseigner le registre de sortie (avant et après la sortie)
2. Préparer votre matériel
3. **Installer à bord et vérifier le matériel de sécurité (gilet, dispositif de remorquage, dispositif de signalement lumineux)**
4. **Embarquer sans aide**
5. Équiper/Régler son matériel (cales pieds, banc, rames)
6. S'arrêter et s'équiper de l'aide individuelle de flottabilité
7. Réaliser le signal de détresse
8. Recevoir un bout pour se faire remorquer
9. Se mettre en position de sécurité pendant le remorquage
10. **Naviguer au moins 200 mètres en suivant la cadence imposée par le meneur (chef de nage)**
11. **Scier et arrêter son embarcation aux ordres du barreur**
12. Dénager (sur une dizaine de coup d'aviron)
13. Contourner (1/2 tour) une marque sur bâbord
14. Contourner une marque sur tribord
15. Revenir à terre (quai, cale, plage ou ponton)
16. **Descendre de son bateau sans aide.**

### Connexion avec :

L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe niveau 2 permet de :

- passer le brevet d'aviron à banc fixe niveau 3
- présenter le brevet de barreur banc fixe.
- passer le brevet de navigation 3 beaufort en banc fixe
- débiter le passage des brevets d'endurance en bateau collectif
- d'entrer en formation d'Initiateur Fédéral d'Aviron à Banc Fixe

⇒ [Grille d'évaluation du brevet d'aviron à banc fixe niveau 2](#)



### 3) Brevet d'aviron à banc fixe niveau 3



**Niveau :** Il faut être titulaire du brevet technique d'aviron à banc fixe niveau 2 pour prétendre à ce brevet.

Le brevet d'aviron à banc fixe niveau 3 fait le lien avec la pratique compétitive en aviron à banc fixe. Il valide une maîtrise technique du rameur à être chef de nage (meneur) et des compétences à réaliser un parcours avec cadences imposées et virements de marques, comme sur un parcours de régates. Il permet également de former les rameurs aux bases du matelotage (nœud d'amarrage et nœud de chaise). Ces apprentissages doivent donc avoir été abordés pendant la formation du rameur avant le passage du brevet.

Ce brevet doit cependant être complété par les brevets de navigation (3 beaufort et 5 beaufort) et les brevets d'endurance pour justifier d'une quelconque autonomie lors d'une pratique en auto sécurité au sein d'un club d'aviron à banc fixe.

**Matériel utilisé :** Tout bateau collectif à banc fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron de Mer ou d'Aviron à Banc Fixe ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

#### **Organisation de l'évaluation :**

L'évaluation est constituée de 13 ateliers techniques en bateau qui peuvent être rassemblés sous forme d'un ou plusieurs parcours, d'un questionnaire portant sur les règles en compétition d'aviron de mer et d'une évaluation technique.

Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant des conditions de pratique idéales (peu ou pas de vent, de courant, de vague...), si possible à l'écart des voies de navigation.

#### **Conditions de réussite :**

Le rameur doit **valider au moins 11 ateliers du parcours dont obligatoirement les 6 ateliers éliminatoires** (en rouge), obtenir **12 points minimum au questionnaire** (note sur 20) portant sur les règles de compétition et cocher **15 points de la grille technique**.

#### **Compétences évaluées sur le parcours technique :**

1. Renseigner le registre de sortie (avant et après la navigation)
2. Installer à bord et vérifier le matériel de sécurité (gilet, dispositif de remorquage, dispositif de signalement lumineux)
3. Réaliser un nœud de chaise (installation du bout de remorquage par exemple)
4. Faire équiper/régler le matériel (barres de pieds, bancs, rames)
5. Réaliser un nœud d'amarrage avec un tour mort et deux demi-clefs
6. Faire embarquer et partir sans aide
7. Avancer en ligne droite en utilisant un alignement par l'arrière
8. Ramer 30 coups à cadence 16 coups minute
9. Ramer 30 coups à cadence 24 coups minute
10. Ramasser et renvoyer un objet flottant
11. Réaliser un départ selon procédure « locale »
12. Ramer 30 coups à cadence de course (supérieure à 26) avec un virement de marque (sans arrêt de la coque)
13. Gérer le retour et organiser le débarquement

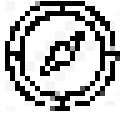
#### **Connexion avec :**

L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe niveau 3 peut être complétée par :

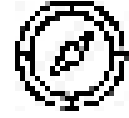
- les brevets de navigation Banc Fixe et 5 beaufort
- les brevets d'endurance en bateau collectif à Banc Fixe

⇒ [Grille d'évaluation du brevet d'aviron à banc fixe niveau 3](#)





#### 4) Brevet de navigation en aviron à banc fixe "3 beaufort"



**Niveau :** Le brevet de navigation "3 beaufort" en banc fixe est accessible à partir du brevet d'aviron à banc fixe niveau 2. Il s'agit d'un brevet permettant de valider un premier niveau de navigation dans des conditions de pratique modérées (courant, vague et vent). Ces conditions peuvent bien entendu varier d'un site de pratique à l'autre, cependant l'idée principale est que les conditions de navigation correspondent à un vent de force 3 (vitesse du vent comprise entre 15 et 25 km/h maxi) avec des vagues de 30 à 50 cm de creux maximum.

En complément des brevets techniques et d'endurance ce brevet de navigation atteste d'une capacité limitée d'autonomie de pratique puisque les bases de navigation et d'intervention sont validées par ce brevet.

**Matériel utilisé :** Tout bateau d'aviron à banc fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron de mer ou d'Aviron à Banc Fixe ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

##### **Organisation de l'évaluation :**

L'évaluation est constituée de 8 ateliers à réaliser en équipage et qui peuvent être rassemblés sous forme d'un ou plusieurs parcours, et d'un questionnaire portant sur la réglementation de la pratique et les techniques de navigation en mer.

Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant les conditions de pratique prévues (vagues, vent et courant).

##### **Conditions de réussite :**

Le rameur doit **valider les 8 ateliers du parcours** et obtenir **12 points minimum au questionnaire** (note sur 20).

##### **Compétences évaluées sur le parcours technique :**

1. Lancer un bout et l'amarrer, puis remorquer une autre embarcation
2. Réaliser une arrivée de plage avec aide (procédure spécifique)
3. Réaliser un départ de plage avec aide (procédure spécifique)
4. Naviguer travers au vent ou perpendiculairement au courant sur 500m
5. Naviguer face au vent ou contre le courant sans dériver sur 500m
6. Naviguer vent arrière ou courant favorable sur 500m
7. Réaliser un virement de marque
8. Arrêter son embarcation (compenser la dérive liée au vent et/ou au vent)

##### **Connexion avec :**

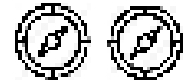
L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe 3 beaufort permet de passer :

- le brevet de navigation Banc Fixe 5 beaufort (5bft)
- les brevets d'endurance en bateau collectif à Banc Fixe

⇒ [Grille d'évaluation du brevet d'aviron à banc fixe « 3 beaufort »](#)



## 5) Brevet de navigation en aviron à banc fixe "5 beaufort"



**Niveau :** Il faut avoir validé le brevet de navigation "3 beaufort" ainsi que le brevet technique banc fixe niveau 3 avant de se présenter au "5 beaufort".

Le brevet de navigation Banc Fixe 5 beaufort demande une bonne condition physique et une bonne expérience de la navigation. Il est préférable de ne le proposer qu'à partir des catégories J15 et à des rameurs ayant navigué plusieurs fois dans des conditions de pratique similaire.

Les conditions de pratique peuvent varier d'un site à l'autre. Cependant, elles doivent correspondre à un vent de force 5 (vitesse du vent comprise entre 30 et 40 km/h maxi) avec des vagues de 0,50 à 2 m de creux maximum (en fonction de la forme de la houle).

En complément des brevets techniques et d'endurance, ce brevet de navigation atteste d'une bonne capacité d'autonomie de pratique.

**Matériel utilisé :** Tout bateau collectif à Banc Fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron de mer ou d'Aviron à Banc Fixe ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

### **Organisation de l'évaluation :**

L'évaluation est constituée de 8 ateliers à réaliser en équipage et qui peuvent être rassemblés sous forme d'un ou plusieurs parcours.

Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant les conditions de pratique prévues (vagues, vent et courant).

### **Conditions de réussite :**

Le rameur doit **valider les ateliers du parcours**.

### **Compétences évaluées sur le parcours technique :**

1. Lancer un bout, puis remorquer une autre embarcation
2. Naviguer travers au vent ou perpendiculairement au courant sur 500m
3. Naviguer face au vent ou contre le courant sans dériver sur 500m
4. Naviguer vent arrière ou courant favorable sur 500m
5. Réaliser un virement de marque
6. Arrêter son embarcation (compenser la dérive liée au courant et/ou au vent)

### **Connexion avec :**

L'obtention du brevet d'aviron à banc fixe 5 beaufort permet de passer les brevets d'endurance en bateau collectif à Banc Fixe.

⇒ [Grille d'évaluation du brevet d'aviron à banc fixe « 5 beaufort »](#)



## 6) Brevet de barreur d'aviron à Banc Fixe



**Niveau :** Pour présenter ce brevet il faut être titulaire à minima du brevet d'aviron à banc fixe niveau 2. Ce brevet valide les capacités d'un équipier à assurer les fonctions de barreur, à savoir diriger un équipage en utilisant les différentes méthodes et commandements pour manœuvrer et faire manœuvrer l'embarcation. Il fait le lien avec la pratique compétitive et valide la maîtrise technique du barreur à réaliser un parcours à des cadences imposées et des virements de marques, comme sur un parcours de régates.

Il permet également de former les barreurs aux bases du matelotage (nœud d'amarrage, nœud de chaise, nœud de taquet). Ces apprentissages doivent donc avoir été abordés pendant la formation du rameur avant le passage du brevet.

Ce brevet doit cependant être complété par les brevets de navigation (3bft et 5bft) en situation de barreur pour compléter la formation du barreur d'un équipage au sein d'un club d'aviron à Banc Fixe.

**Matériel utilisé :** Tout bateau à banc fixe.

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Initiateur Fédéral d'Aviron de mer ou d'Aviron à Banc Fixe ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

### Organisation de l'évaluation :

L'évaluation est constituée de 19 ateliers techniques qui peuvent être rassemblés sous la forme d'un parcours et d'un questionnaire abordant les règles de navigation et les connaissances en lien avec les compétitions en aviron à Banc Fixe. Le parcours n'est pas chronométré et la pratique doit être organisée sur un plan d'eau offrant des conditions de pratique favorables.

### Conditions de réussite :

Le barreur doit **valider au moins 17 ateliers du parcours dont obligatoirement les 10 ateliers éliminatoires** (en rouge) et obtenir **12 points minimum au questionnaire** (note sur 20).

### Compétences évaluées sur le parcours technique :

- |   |  |
|---|--|
| 1. Renseigner le cahier de sortie (avant et après la navigation)                          | 11. Toucher une bouée avec la pointe avant   |
| 2. Installer à bord et vérifier le matériel de sécurité                                   | 12. Faire dénager pour toucher une bouée avec la pointe arrière  |
| 3. Donner les consignes pour mettre à l'eau et gréer l'embarcation puis embarquer         | 13. Naviguer en fonction d'une allure imposée (vent, courant, houle)   |
| 4. Donner les consignes pour débarquer, sortir le matériel de l'eau et ranger le matériel | 14. Réaliser un départ selon procédure "locale"  |
| 5. Réaliser un nœud de chaise   | 15. Réaliser un parcours à cadence de course avec un virement sur tribord et un virement sur bâbord sans arrêt de la coque |
| 6. Réaliser un nœud d'amarrage  | 16. Réaliser un slalom entre 4 bouées sans les toucher (ni avec la coque, ni avec les avirons)                             |
| 7. Réaliser un nœud de taquet   | 17. Faire réaliser un 360° sur place   |
| 8. Donner les consignes pour équiper/régler le matériel (barres de pieds, bancs, rames)   | 18. Réaliser une manœuvre permettant de ramasser un objet flottant (balle ou bouée)  |
| 9. Naviguer en tenant un cap imposé sur au moins 300 mètres                               | 19. Réaliser une manœuvre d'atterrissage (quai, ponton, cale, plage)   |
| 10. Faire ramer à une cadence imposée (ex. cadence 20) sur 500m                           |  |

### Connexion avec :

Ces mêmes ateliers peuvent être éprouvés progressivement dans le cadre des Brevets de navigation Banc Fixe 3 beaufort et 5 beaufort qui présentent des conditions de navigation plus complexes (force du vent, houle ou courant).

⇒ [Grille d'évaluation du brevet de barreur d'aviron à banc fixe](#)

## 7) Les brevets d'endurance en bateau collectif



### Niveau :

Le brevet d'endurance en bateau collectif (10 km) est accessible à partir du brevet d'aviron de niveau 2 (ou brevet d'aviron correspondant au niveau 2 pour la mer et le banc-fixe).

Les autres brevets d'endurance en bateau collectif sont accessibles aux rameurs titulaires d'un brevet d'endurance (10 km en bateau individuel ou en bateau collectif).

**Matériel utilisé :** Bateau collectif en équipage quel qu'il soit (pointe ou couple, rivière ou mer, siège à coulisse ou banc-fixe).

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Éducateur Fédéral d'Aviron en eaux intérieures ou d'Initiateur Fédéral d'Aviron de mer (pour les brevets de pratiques en milieu maritime et banc fixe) ou d'Initiateur Fédéral d'Aviron à banc fixe (pour la pratique en banc fixe).

### Organisation de l'évaluation :

La validation des brevets d'endurance est soumise à la réalisation d'une distance par un équipage. Cette distance peut être chronométrée pour la forme sans que cela ne constitue un motif de validation ou d'invalidation du brevet.

L'évaluation peut être organisée dans le cadre des entraînements "habituels" du club ou être l'occasion d'une sortie spécifique ou d'une épreuve sportive (ex. : compétition). Les conditions de pratique doivent être favorables, notamment pour les distances les plus longues (21 et 42 km). Les conditions de sécurité et d'encadrement doivent être adaptées.

L'utilisation d'une montre GPS est fortement conseillée afin de servir de repère aux rameurs et à l'évaluateur. Le chronomètre ne doit pas être arrêté durant les pauses.

La distance de navigation doit être réalisée au cours d'une même sortie en bateau.

Pour le semi-marathon et le marathon, des pauses peuvent être aménagées sur le parcours sans limite de durée (tolérance de 30' par pause). Dans le cas d'une randonnée à la journée par exemple avec une pause médiane d'une heure ou deux, il sera plus adapté de considérer deux parcours différents (un le matin et un autre l'après-midi) plutôt qu'un seul.

L'équipage doit avoir ramé sans changement de composition sur l'intégralité du parcours sans relai possible. Si un membre d'équipage ne peut plus ramer. Il ne peut pas être remplacé et doit rester à bord de l'embarcation (sauf si sa santé est en jeu).

### Conditions de réussite :

L'équipage doit avoir **réalisé à minima la distance prévue par le brevet.**

- Pour le brevet d'endurance = 10 km
- Pour le brevet du "Semi-Marathon" = 21 km
- Pour le brevet du "Marathon" = 42 km

⇒ [Grille d'évaluation des brevets d'endurance en bateau collectif d'aviron à banc fixe](#)

### III. GRILLES D'ÉVALUATION DES BREVETS D'AVIRON BANC FIXE

#### BREVET BANC FIXE - NIVEAU 1



##### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le rameur doit valider au moins 12 ateliers du parcours dont obligatoirement les 3 ateliers éliminatoires (en rouge).



VALIDER LA PÉRIODE DE DÉCOUVERTE DE L'AVIRON À BANC FIXE

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

##### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- PRÉPARER LE MATÉRIEL (AVIRONS ET ÉQUIPEMENTS DE SON EMBARCATION)
- METTRE L'EMBARCATION À L'EAU AVEC AIDE
- INSTALLER LES AVIRONS DANS LES TOILETS
- RENTRER ET RANGER LE MATÉRIEL AVEC AIDE

##### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- AVANCER EN LIGNE DROITE

##### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- RECULER EN LIGNE DROITE
- VIRER AUTOUR D'UNE BOUÉE AUX ORDRES DU BARREUR
- REVENIR À TERRE (QUAI, CALE, PLAGE OU PONTON)

##### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- EMBARQUER DANS LE BATEAU AVEC AIDE
- SE METTRE EN POSITION DE SÉCURITÉ
- FAIRE GÎTER LE BATEAU
- STABILISER LE BATEAU
- DESCENDRE DU BATEAU SANS AIDE

TOTAL DES POINTS	
PARCOURS	..... / 13
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	

#### BREVET BANC FIXE - NIVEAU 2



##### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le rameur doit valider au moins 14 ateliers du parcours dont obligatoirement les 5 ateliers éliminatoires (en rouge) et obtenir 12 points au questionnaire.



VALIDER LA PÉRIODE D'INITIATION À L'AVIRON À BANC FIXE

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

##### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- RENSEIGNER LE REGISTRE DE SORTIE (AVANT ET APRÈS LA SORTIE)
- PRÉPARER LE MATÉRIEL
- S'INSTALLER À BORD ET VÉRIFIER LE MATÉRIEL DE SÉCURITÉ (GILET, DISPOSITIF DE REMORQUAGE, DISPOSITIF DE SIGNALEMENT LUMINEUX)
- EMBARQUER SANS AIDE
- ÉQUIPER/RÉGLER SON MATÉRIEL (BARRES DE PIEDS, BANC, RAMES)
- S'ARRÊTER ET S'ÉQUIPER DE L'AIDE INDIVIDUELLE DE FLOTTABILITÉ
- RÉALISER LE SIGNAL DE DÉTRESSE
- RECEVOIR UN BOUT POUR SE FAIRE REMORQUER

##### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- NAVIGUER AU MOINS 200 M EN SUIVANT LA CADENCE IMPOSÉE PAR LE MENEUR (CHEF DE NAGE)

##### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- SCIER ET ARRÊTER SON EMBARCATION AUX ORDRES DU BARREUR
- DÉNAGER (SUR UNE DIZAINE DE COUPS D'AVIRON)
- CONTOURNER UNE MARQUE SUR BÂBORD (1/2 TOUR)
- CONTOURNER UNE MARQUE SUR TRIBORD (1/2 TOUR)
- REVENIR À TERRE (QUAI, CALE, PLAGE OU PONTON)

TOTAL DES POINTS	
PARCOURS	..... / 16
QCM	..... / 20
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	

##### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- SE METTRE EN POSITION DE SÉCURITÉ PENDANT LE REMORQUAGE
- DESCENDRE DU BATEAU SANS AIDE



## BREVET BANC FIXE - NIVEAU 3

### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le rameur doit valider au moins 11 ateliers du parcours dont obligatoirement les 6 ateliers éliminatoires (en rouge), obtenir 12 points au questionnaire portant sur les règles de compétitions et cocher 15 points de la grille technique.



VALIDER LA MAÎTRISE TECHNIQUE DU RAMEUR ET LES COMPÉTENCES À MOBILISER SUR UN PARCOURS DE TYPE RÉGATES

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

### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- RENSEIGNER LE REGISTRE DE SORTIE (AVANT ET APRÈS LA SORTIE)
- S'INSTALLER À BORD ET VÉRIFIER LE MATÉRIEL DE SÉCURITÉ (GILET, DISPOSITIF DE REMORQUAGE, DISPOSITIF DE SIGNALLEMENT LUMINEUX)
- RÉALISER UN NOEUD DE CHAISE (INSTALLATION DU BOUT DE REMORQUAGE PAR EXEMPLE)
- FAIRE ÉQUIPER/RÉGLER LE MATÉRIEL (BARRES DE PIEDS, BANC, RAMES)
- RÉALISER UN NOEUD D'AMARRAGE AVEC UN TOUR DE MORT ET DEUX DEMI-CLEFS

### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- AVANCER EN LIGNE DROITE EN UTILISANT UN ALIGNEMENT PAR L'ARRIÈRE
- RAMER 30 COUPS À CADENCE 16 COUPS MINUTE
- RAMER 30 COUPS À CADENCE 24 COUPS MINUTE

### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- RAMASSER ET RENVOYER UN OBJET FLOTTANT
- RÉALISER UN DÉPART SELN PROCÉDURE «LOCALE»
- RAMER 30 COUPS À CADENCE DE COURSE (SUPÉRIEURE À 26) AVEC UN VIREMENT DE MARQUE (SANS ARRÊT DE LA COQUE)
- GÉRER LE RETOUR ET ORGANISER LE DÉBARQUEMENT

### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- FAIRE EMBARQUER ET PARTIR SANS AIDE

#### TOTAL DES POINTS

PARCOURS	..... / 13
QCM	..... / 20
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	

## BREVET BANC FIXE - 3 BEAUFORT

### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le rameur doit valider les 8 ateliers du parcours et obtenir 12 points au questionnaire.



VALIDER UN PREMIER NIVEAU DE NAVIGATION DANS DES CONDITIONS DE PRATIQUE MODÉRÉES AINSI QUE LES TECHNIQUES DE REMORQUAGE ET D'APPROCHE DE PLAGE DANS UN DÉFERLEMENT INFÉRIEUR À 1 M.

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

### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- LANCER UN BOUT ET L'AMARRER, PUIS REMORQUER UNE AUTRE EMBARCATION
- RÉALISER UNE ARRIVÉE DE PLAGE AVEC AIDE (PROCÉDURE SPÉCIFIQUE)
- RÉALISER UN DÉPART DE PLAGE AVEC AIDE (PROCÉDURE SPÉCIFIQUE)

### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- RÉALISER UN VIREMENT DE MARQUE
- ARRÊTER SON EMBARCATION (COMPENSER LA DÉRIVE LIÉE AU VENT ET/OU AU COURANT)

### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- NAVIGUER TRAVERS AU VENT OU PERPENDICULAIREMENT AU COURANT SUR 500 M

### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- NAVIGUER FACE AU VENT OU CONTRE LE COURANT SANS DÉRIVER SUR 500 M
- NAVIGUER VENT ARRIÈRE OU COURANT FAVORABLE SUR 500 M

#### TOTAL DES POINTS

PARCOURS	..... / 8
QCM	..... / 20
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	



## BREVET BANC FIXE - 5 BEAUFORT

### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le rameur doit valider les 6 ateliers du parcours.



VALIDER UN NIVEAU DE NAVIGATION DANS DES CONDITIONS DE PRATIQUE ENGAGÉES (VENT, COURANT, HOULE)

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

### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- LANCER UN BOUT ET L'AMARRER, PUIS REMORQUER UNE AUTRE EMBARCATION

### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- NAVIGUER TRAVERS AU VENT OU PERPENDICULAIREMENT AU COURANT SUR 500 M

### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- NAVIGUER FACE AU VENT OU CONTRE LE COURANT SANS DÉRIVER SUR 500 M
- NAVIGUER VENT ARRIÈRE OU COURANT FAVORABLE SUR 500 M

### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- RÉALISER UN VIREMENT DE MARQUE
- ARRÊTER SON EMBARCATION (COMPENSER LA DÉRIVE LIÉE AU VENT ET/OU AU COURANT)

TOTAL DES POINTS	
PARCOURS	..... / 6
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	

## BREVET DE BARREUR AVIRON BANC FIXE

### CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Le barreur doit valider 17 ateliers du parcours dont obligatoirement les 10 ateliers éliminatoires (en rouge) et obtenir 12 points au questionnaire.



VALIDER LES COMPÉTENCES DU BARREUR À MANOEUVRER ET GÉRER UN ÉQUIPAGE EN NAVIGATION

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

### MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- RENSEIGNER LE REGISTRE DE SORTIE (AVANT ET APRÈS LA SORTIE)
- INSTALLER À BORD ET VÉRIFIER LE MATÉRIEL DE SÉCURITÉ
- DONNER LES CONSIGNES POUR METTRE À L'EAU ET GÉRER L'EMBARCATION, PUIS EMBARQUER
- DONNER LES CONSIGNES POUR ÉQUIPER/RÉGLER LE MATÉRIEL (BARRES DE PIEDS, BANCS, RAMES)
- RÉALISER UN NOEUD DE CHAISE
- RÉALISER UN NOEUD D'AMARRAGE
- RÉALISER UN NOEUD DE TAQUET

### MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- TOUCHER UNE BOUÉE AVEC LA POINTE AVANT
- FAIRE DÉNAGER POUR TOUCHER UNE BOUÉE AVEC LA POINTE ARRIÈRE
- NAVIGUER EN FONCTION D'UNE ALLURE IMPOSÉE (VENT, COURANT, HOULE)
- RÉALISER UN DÉPART SELON PROCÉDURE «LOCALE»
- RÉALISER UN PARCOURS À CADENCE DE COURSE AVEC UN VIREMENT SUR TRIBORD ET UN VIREMENT SUR BÂBORD SANS ARRÊT DE LA COQUE
- RÉALISER UN SLALOM ENTRE 4 BOUÉES SANS LES TOUCHER (NI AVEC LA COQUE, NI AVEC LES AVIRONS)
- FAIRE RÉALISER UN 360° SUR PLACE
- RÉALISER UNE MANOEUVRE PERMETTANT DE RAMASSER UN OBJET FLOTTANT (BALLE OU BOUÉE)
- RÉALISER UNE MANOEUVRE D'ATTÉRISSEMENT (QUAI, PONTON, CALE, PLAGE)

### MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- DONNER LES CONSIGNES POUR DÉBARQUER, SORTIR LE MATÉRIEL DE L'EAU ET RANGER LE MATÉRIEL

### MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- NAVIGUER EN TENANT UN CAP IMPOSÉ SUR AU MOINS 300 M
- FAIRE RAMER À UNE CADENCE IMPOSÉE SUR 500 M (EX:CADENCE 20)

TOTAL DES POINTS	
PARCOURS	..... / 19
QCM	..... / 20
DATE	..... / ..... / .....
ÉVALUATEUR	



# BREVETS D'ENDURANCE BANC FIXE

## CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Être capable de ramer la distance des longues distances en bateau collectif à banc fixe.



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 : .....

**PAR ÉQUIPAGE**



### 10 KILOMÈTRES

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

ÉQUIPE : .....  
.....  
.....  
.....

DATE : ...../...../.....

VALIDE PAR : .....



### SEMI-MARATHON 21 KILOMÈTRES

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

ÉQUIPE : .....  
.....  
.....  
.....

DATE : ...../...../.....

VALIDE PAR : .....



### MARATHON 42 KILOMÈTRES

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

ÉQUIPE : .....  
.....  
.....  
.....

DATE : ...../...../.....

VALIDE PAR : .....