

# Guide d'utilisation des BREVETS D'AVIRON HANDICAPS



# Sommaire

<b>I. Les brevets de rameurs : nouvelle version .....</b>	<b>3</b>
1) La famille des Brevets « TECHNIQUES » .....	3
2) Les pratiquants et les brevets de rameur .....	3
3) Quelques repères d'autonomie .....	4
<b>II. Les brevets handi-aviron.....</b>	<b>5</b>
1) Brevet d'Autonomie Handi-Aviron .....	6
2) Brevet Compétition Handi-Aviron .....	7
<b>III. Grilles d'évaluation des brevets d'aviron handicap .....</b>	<b>8</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 aviron handicaps sur le site internet FFAviron](#)

### 1) La famille des Brevets « TECHNIQUES »

#### Brevets en « handi-aviron »

le brevet d'autonomie handi-aviron

le brevet d'accès à la compétition handi-aviron

### 2) 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.

Les publics en situation de handicap peuvent en fonction de leurs capacités valider tous les autres brevets de rameur (indoor, eaux intérieures, mer...). Les brevets spécifiques "aviron handicaps" permettent de distinguer des niveaux de rameur au regard d'événements sportifs locaux et nationaux.

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

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

Le pratiquant ne peut pas être considéré comme autonome dans sa pratique.

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

Le pratiquant 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.

Le pratiquant 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. En mer, les brevets de navigation 3 beaufort et 5 beaufort permettent de mesurer la capacité d'adaptation du rameur aux conditions environnementales.

**10 km collectif (bateau et indoor)** : 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 préparer à la suite le 10 km en individuel (indoor ou/et bateau).

**10 km individuel (bateau et indoor)** : premier niveau des brevets d'endurance.

Il s'agit d'un brevet validant une démarche d'entraînement plus qu'un niveau à lui seul. Il atteste une capacité "normale" d'endurance du rameur. Cependant, le temps mis pour réaliser les 10 km est un bon indicateur pour le moniteur sur l'état de forme physique du rameur. En complément d'un brevet technique de niveau 2, il permet de vérifier que le rameur sera en capacité d'évoluer sur une partie délimitée du plan d'eau sur une durée de séance "classique" (d'1h à 2h).

**Semi-Marathon collectif (bateau et indoor)** : niveau d'endurance supérieur.

Il est toujours difficile de mesurer le niveau d'endurance d'un rameur au travers d'un brevet collectif. Il faut envisager ce brevet comme une étape vers le brevet du Semi-Marathon en individuel. Ce brevet montre cependant la capacité d'un rameur à avoir une pratique sur des séances plus longues que celles organisées habituellement dans les clubs. C'est donc une étape intéressante pour tous les rameurs qui s'engagent dans des pratiques de courses longues distances ou des randonnées.

**Semi-Marathon individuel (bateau et indoor)** : très bon niveau d'endurance.

En bateau comme sur ergomètre, le fait de réaliser les 21,097 km en solitaire démontre une bonne capacité d'endurance. Ce type de brevet en complément des brevets techniques et des brevets de navigation (pour l'aviron de mer) peuvent permettre de délivrer des niveaux d'autonomie au sein des clubs d'aviron.

**Marathon collectif (bateau et indoor)** : un défi de groupe.

En bateau comme en indoor, 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.

**Marathon individuel (bateau et indoor)** : un défi personnel.

Quel que soit le support utilisé, "avalier" les 42,195 km est toujours un exploit personnel. Les rameurs capables de valider ce brevet démontrent un très bon niveau d'endurance et sont donc aptes à produire des efforts prolongés.

## II. LES BREVETS HANDI-AVIRON

# BREVETS DE RAMEUR AVIRON HANDICAPS



ÉVALUEZ VOTRE NIVEAU D'AUTONOMIE SELON VOTRE HANDICAP  
Technique ~ Endurance

### TECHNIQUE

BREVET D'AUTONOMIE  
HANDICAPS



BREVET D'ACCÈS À LA COMPÉTITION  
HANDICAPS



### ENDURANCE

INDIVIDUEL OU ÉQUIPAGE

10 KM



Semi-Marathon

21 KM



Marathon

42 KM



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



## 1) Brevet d'Autonomie Handi-Aviron



**Niveau :** L'obtention du brevet d'autonomie handi-aviron valide l'autonomie en bateau individuel handi en aviron. Il est possible de passer ce diplôme à la suite de la phase d'initiation.

### **Matériel utilisé :**

Bateau handi avec assise fixe, avec ou sans flotteurs (obligatoires pour les PR1). Bateau type canoë français pour les PR3-ID (aviron adapté). Le 2x est autorisé pour les déficients visuels. Le rameur guide ne rame pas et sert uniquement à remplacer les yeux du rameur déficient visuel.

Pour les rameurs ne pouvant utiliser qu'un bras, il existe une poignée permettant de ramer en couple (<https://www.facebook.com/lapelletenace/>).

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Éducateur Fédéral d'Avion (eaux intérieures ou mer), Coach Avion et Handicaps ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron.

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

L'évaluation est constituée de 17 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 rameur doit **valider au moins 15 ateliers du parcours dont obligatoirement les 4 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. Porter ses avirons
2. Porter son bateau avec aide pour les rameurs dont le handicap le permet
3. Installer ses avirons sans aide, avec conseils si nécessaire
4. Embarquer, avec aide si le handicap le nécessite
5. **Positionner les sangles pour les rameurs PR1 et PR2**
6. **Connaître la hauteur des flotteurs, si utilisés**
7. **Se mettre en position de sécurité**
8. Faire gîter son bateau
9. **Ramer 5 minutes à basse cadence sans s'arrêter**
10. Passer entre 2 bouées sans les toucher
11. Faire un demi-tour sur bâbord (en ramant avec la rame tribord)
12. Faire un demi-tour sur tribord (en ramant avec la rame bâbord)
13. Dénager en ligne droite (reculer)
14. Toucher une bouée avec sa pointe avant
15. Toucher une bouée avec sa pointe arrière
16. Accoster avec aide
17. Débarquer avec aide

### **Connexion avec :**

L'obtention du brevet d'autonomie handi est obligatoire pour :

- passer le brevet compétition handi,
- valider les brevets d'endurance en bateau ou indoor : 10 km.
- participer à des compétitions départementales ou régionales.

**NB :** Les rameurs n'ayant pas besoin d'adaptations spécifiques peuvent passer les brevets de rameur en eaux intérieures, mer, indoor et banc fixe.

⇒ [Grille d'évaluation du brevet d'autonomie handi-aviron](#)



## 2) Brevet Compétition Handi-Aviron



**Niveau :** L'obtention du brevet compétition handi-aviron valide l'autonomie en compétition d'aviron. Il est possible de passer ce diplôme à la suite de la phase de perfectionnement. Les rameurs doivent avoir déjà validé le brevet d'autonomie handi-aviron.

### Matériel utilisé :

Bateau handi avec assise fixe, avec ou sans flotteurs (obligatoires pour les PR1). Bateau type canoë pour les PR3-ID (aviron adapté). Le 2x est autorisé pour les déficients visuels. Le rameur guide ne rame pas et sert uniquement à remplacer les yeux du rameur déficient visuel. Pour les rameurs ne pouvant utiliser qu'un bras, il existe une poignée permettant de ramer en couple (<https://www.facebook.com/lapellenace/>).

**Évaluateur :** Toute personne titulaire d'un diplôme d'Éducateur Fédéral d'Aviron (eaux intérieures ou mer), Coach Aviron et Handicaps ou d'un diplôme professionnel d'encadrement des activités de l'aviron. **Attention :** Le cadre technique référent handi présent lors des championnats de zone pourra effectuer un contrôle pour s'assurer que les rameurs engagés sont bien autonomes et capables de prendre le départ d'une compétition de niveau interrégional et national.

### Organisation de l'évaluation :

L'évaluation est constituée de 17 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. L'évaluation comprend également un quiz auquel les rameurs doivent être préparés (règles de compétition et connaissance du matériel).

### Conditions de réussite :

Le rameur doit **valider au moins 15 ateliers du parcours dont obligatoirement les 7 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.

Le rameur doit **12 points minimum au questionnaire** (note sur 20).

### Compétences évaluées sur le parcours technique :

1. **Embarquer rapidement, avec aide si le handicap le nécessite**
2. Embarquer avec le ponton à droite et le ponton à gauche
3. Fixer les flotteurs, si utilisés
4. Avoir ramé au moins une fois sur un autre bassin que celui de son club (en compétition ou à l'entraînement)
5. Ramer 10 minutes à basse cadence sans s'arrêter
6. Au signal, effectuer un départ de course
7. **Ramer 2 minutes à cadence élevée en ligne droite, sans s'arrêter**
8. Ramer 2 minutes sans tourner la tête
9. Récupérer un objet flottant
10. **Faire un demi-tour sur place sur bâbord**
11. **Faire un demi-tour sur place sur tribord**
12. **Rejoindre son couloir à l'appel de son nom (et nom de club)**
13. **Dénager (reculer) et venir se placer en position de départ, en moins de 2 minutes**
14. S'aligner dans son couloir
15. **Se diriger dans la direction indiquée par le bras levé d'une tierce personne**
16. Accoster sans aide
17. Savoir débarquer rapidement, avec aide si le handicap le nécessite

### Connexion avec :

L'obtention du brevet compétition handi est obligatoire pour :

- participer à des compétitions interrégionales et nationales
- passer les brevets d'endurance: semi-marathon et marathon.

**NB :** Les rameurs n'ayant pas besoin d'adaptations spécifiques peuvent passer les brevets de rameur en eaux intérieures, mer, indoor et banc fixe.

⇒ [Grille d'évaluation du brevet « compétition » handi-aviron](#)

### III. GRILLES D'ÉVALUATION DES BREVETS D'AVIRON HANDICAP



## BREVET D'AUTONOMIE HANDI-AVIRON

**CONDITIONS DE RÉUSSITE :**  
Valider 15 ateliers du parcours dont obligatoirement les 4 ateliers éliminatoires (en rouge).




**VALIDER UN PREMIER NIVEAU D'AISANCE TECHNIQUE DANS DES CONDITIONS DE PRATIQUE AMÉNAGÉES**

---

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

MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE	MAÎTRISE DES MANOEUVRES								
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> PORTER SES AVIRONS</li> <li><input type="checkbox"/> PORTER SON BATEAU AVEC AIDE POUR LES RAMEURS DONT LE HANDICAP LE PERMET</li> <li><input type="checkbox"/> INSTALLER SES AVIRONS SANS AIDE, AVEC CONSEILS SI NÉCESSAIRE</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> PASSER ENTRE DEUX BOUÉES SANS LES TOUCHER</li> <li><input type="checkbox"/> SAVOIR FAIRE UN DEMI-TOUR SUR BÂBORD (EN RAMANT AVEC LA RAME TRIBORD)</li> <li><input type="checkbox"/> SAVOIR FAIRE UN DEMI-TOUR SUR TRIBORD (EN RAMANT AVEC LA RAME BÂBORD)</li> <li><input type="checkbox"/> DÉNAGER EN LIGNE DROITE (RECULER)</li> <li><input type="checkbox"/> TOUCHER UNE BOUÉE AVEC SA POINTE AVANT</li> <li><input type="checkbox"/> TOUCHER UNE BOUÉE AVEC SA POINTE ARRIÈRE</li> <li><input type="checkbox"/> ACCOSTER AVEC AIDE</li> <li><input type="checkbox"/> DÉBARQUER AVEC AIDE</li> </ul>								
<p style="text-align: center;"><b>MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> EMBARQUER, AVEC AIDE SI LE HANDICAP LE NÉCESSITE</li> <li><input type="checkbox"/> POSITIONNER LES SANGLES POUR LES RAMEURS PR1 ET PR2</li> <li><input type="checkbox"/> CONNAÎTRE LA HAUTEUR DES FLOTTEURS, SI UTILISÉS</li> <li><input type="checkbox"/> SE METTE EN POSITION DE SÉCURITÉ</li> <li><input type="checkbox"/> FAIRE ÔTER SON BATEAU</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">TOTAL DES POINTS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 30%;">PARCOURS</td> <td style="text-align: center;">..... / 17</td> </tr> <tr> <td>DATE</td> <td style="text-align: center;">..... / ..... / .....</td> </tr> <tr> <td>ÉVALUATEUR</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	TOTAL DES POINTS		PARCOURS	..... / 17	DATE	..... / ..... / .....	ÉVALUATEUR	
TOTAL DES POINTS									
PARCOURS	..... / 17								
DATE	..... / ..... / .....								
ÉVALUATEUR									
<p style="text-align: center;"><b>MAÎTRISE DE LA PROPULSION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> RAMER 5 MINUTES À BASSE CADENCE, SANS S'ARRÊTER</li> </ul>									



## BREVET COMPÉTITION HANDI-AVIRON

**CONDITIONS DE RÉUSSITE :**  
Valider 15 ateliers du parcours dont obligatoirement les 7 ateliers éliminatoires (en rouge) et obtenir 12 points au questionnaire.




**VALIDER LA CAPACITÉ À ABORDER DES ÉPREUVES SPORTIVES RÉGIONALES ET NATIONALES**

---

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

MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE	MAÎTRISE DES MANOEUVRES										
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> EMBARQUER RAPIDEMENT, AVEC AIDE SI LE HANDICAP LE NÉCESSITE</li> <li><input type="checkbox"/> EMBARQUER AVEC LE PONTON À DROITE ET LE PONTON À GAUCHE</li> <li><input type="checkbox"/> FIXER LES FLOTTEURS, SI UTILISÉS</li> <li><input type="checkbox"/> AVOIR RAMÉ AU MOINS UNE FOIS SUR UN AUTRE BASSIN QUE CELUI DE SON CLUB (COMPÉTITION OU ENTRAÎNEMENT)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> RÉCUPÉRER UN OBJET FLOTTANT</li> <li><input type="checkbox"/> SAVOIR FAIRE UN DEMI-TOUR SUR BÂBORD</li> <li><input type="checkbox"/> SAVOIR FAIRE UN DEMI-TOUR SUR TRIBORD</li> <li><input type="checkbox"/> REJOINDRE SON COULOIR À L'APPEL DE SON NOM (ET NOM DU CLUB)</li> <li><input type="checkbox"/> DÉNAGER ET VENIR SE PLACER EN POSITION DE DÉPART, EN MOINS DE 2 MINUTES</li> <li><input type="checkbox"/> S'ALIGNER DANS SON COULOIR</li> <li><input type="checkbox"/> ACCOSTER SANS AIDE</li> <li><input type="checkbox"/> SAVOIR DÉBARQUER RAPIDEMENT, AVEC AIDE SI LE HANDICAP LE NÉCESSITE</li> </ul>										
<p style="text-align: center;"><b>MAÎTRISE DE LA PROPULSION</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> RAMER 10 MINUTES À BASSE CADENCE SANS S'ARRÊTER</li> <li><input type="checkbox"/> AU SIGNAL, EFFECTUER UN DÉPART DE COURSE</li> <li><input type="checkbox"/> RAMER 2 MINUTES À CADENCE ÉLEVÉE EN LIGNE DROITE, SANS S'ARRÊTER</li> <li><input type="checkbox"/> SE DIRIGER DANS LA DIRECTION INDiquÉE PAR LE BRAS LEVÉ D'UNE TIÈRE PERSONNE</li> <li><input type="checkbox"/> RAMER 2 MINUTES SANS TOURNER LA TÊTE</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">TOTAL DES POINTS</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="width: 30%;">PARCOURS</td> <td style="text-align: center;">..... / 17</td> </tr> <tr> <td>QCM</td> <td style="text-align: center;">..... / 20</td> </tr> <tr> <td>DATE</td> <td style="text-align: center;">..... / ..... / .....</td> </tr> <tr> <td>ÉVALUATEUR</td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	TOTAL DES POINTS		PARCOURS	..... / 17	QCM	..... / 20	DATE	..... / ..... / .....	ÉVALUATEUR	
TOTAL DES POINTS											
PARCOURS	..... / 17										
QCM	..... / 20										
DATE	..... / ..... / .....										
ÉVALUATEUR											