



RÉGATE Longue Distance TRIANGLE HIVERNAL

Date : **dimanche 15/03/2026**

Site de compétition : **Centre nautique du Passage à Plougastel**

Organisateur : **AVIRON BRESTOIS**

sous l'égide de la **Ligue Bretagne Aviron (partie offre jeunes)**

Engagements équipages club sur le serveur FFA :

Ouverture le lundi **09/02/2026 à 12h** - Fermeture le mercredi **11/03/2026 à 20h**

Engagements équipages mixtes de clubs et offre jeune :

Par mail au coordonnateur Mer ZNO Antoine Marais, 06 42 04 99 51 antoine.marais@ffaviron.fr

Copie à : contact@brestaviron.fr

→ préciser : l'épreuve, n° coque, rameurs/barreur : nom, prénom, licence, club + délégué clubs

Frais d'engagement à régler à l'ordre club organisateur

Au secrétariat d'accueil des délégués (émargement avant la réunion chef de bord)

3€ pour les jeunes et les juniors,

6€ pour les seniors par engagement dans une épreuve (2x6€ si doublé) - gratuit pour barreurs

Service buvette toute la journée

Réunion de sécurité¹ :

9h15 Centre nautique Salle club 25 personnes (directeur course, pilotes, arbitres, secouristes)

Réunion des délégués et des équipiers référents² :

9h45 Centre nautique Salle 50 personnes (sonorisation et moyen projection)

Déroulement des épreuves :

de 11h00 à 16h00

Résultats et remise des prix:

16h30 Devant le club.

¹ Présence obligatoire du directeur de course, des arbitres et des moyens de sécurité à terre et sur l'eau.

² Émargement obligatoire pour chaque équipier référent et délégué avant la réunion.

Pesée des barreurs :

La pesée aura lieu à l'emplacement de la commission de contrôle (CALE DE MISE A L'EAU). 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. article 13 du code des régates en mer de la FFA)

Personnes ressources				
Identification	NOM	Prénom	Téléphone	email
Directeur course	MELLAZA	Didier	06 76 91 02 12	didier.mellaza@orange.fr
PCRA (coordonne)	TONNERRE	Paul	06 12 25 60 47	paul.tonnerre@ffaviron.fr
Président de jury	MOYSAN	Claude	06 49 80 61 99	moysancl@aol.com
Arbitres	JOUSNI	Marie-Paule		
	LE GALL	Katell		
	KERVIZIC	Yann		
	DURAND	Enzo		
Organisme Premiers secours	SNSM			
	LE SAOUT	Michel		
Technicien chrono	MARAIS	Antoine	06 42 04 99 51	antoine.marais@ffaviron.fr

Moyens nautiques² : minima à adapter selon contexte (semi-rigides, 40cv mini)

- 1 bateau comité départ ancré derrière la ligne avec portique porte-fanions (1 pilote + 2/3 arbitres)
- 1 bateau contrôle arrivée ancré sur l'axe de la ligne (1 pilote + 1 ou 2 arbitres + 1 chronométrateur)
- 4 bateaux contrôle parcours répartis sur les bouées de virement (1 pilote + 1 ou 2 arbitres)
- 1 bateau sécurité premiers secours (unité mobile ou postée au centre du parcours.

A terre :

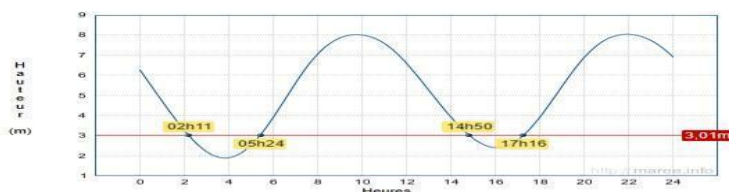
- 1 poste de premiers secours (tente ou fourgon) proche de la cale de débarquement

Parcours : Distances : 21 km, 12 km, 6 km, et 2 km pour l'offre jeunes.

Voir en annexe les Plans des parcours ³

Horaires et coefficient des marées (pour le site concerné avec image marégraphe):

15/03/2026 : BM à 8h54 mm coefficient 45 - PM à 14h59 mm coefficient 53



² Au moins 1 bateau comité, 1 semi rigide de 50 ch, 1 semi rigide de 35ch + autant de bateaux nécessaires pour les arbitres + le ou les bateau(s) des secouristes

³ Insérer en annexe le plan de course principal + celui de repli. La carte SHOM est à privilégier (Cf. [Géoportail](#))

TRIANGLE HIVERNAL
Programme prévisionnel

catégories	Course	N° d'épreuve (sur serveur)	Epreuves	Horaires
Parcours 21 km 4x+ (pas 2x) TA (de J15 à senior)	C1	22	TAH4x+	11:00
		23	TAF4x+	
		24	TAM4x+ (50/50)	
		25	TAM4x+ (1H/1F)	
Parcours 2 km 4x+ 2x OFFRE JEUNES U15 (de J12 à J14)	C2	26	U15H4x+	11:30
		27	U15F4x+	
		28	U15M4x+	
		29	U15H2x	
		30	U15F2x	
		31	U15M2x	
Parcours 6 km 4x+ 2x U19 = junior (de J15 à J18)	C3	1	U19H4x+	13:30
		2	U19F4x+	
		3	U19M4x+ (50/50)	
		4	U19M4x+ (1H/1F)	
		5	U19H2x	
		6	U19F2x	
		7	U19M2x	
Parcours 6 km 4x+ 2x TA = tout age (de J15 à senior)	C3	8	TAH4x+	13:30
		9	TAF4x+	
		10	TAM4x+ (50/50)	
		11	TAM4x+ (1H/1F)	

		12	TAH2x	
		13	TAF2x	
		14	TAM2x	
Parcours 12 km 4x+ 2x TA = tout age (de J15 à senior)	C4	15	TAH4x+	14:30
		16	TAF4x+	
		17	TAM4x+ (50/50)	
		18	TAM4x+ (1H/1F)	
		19	TAH2x	
		20	TAF2x	
		21	TAM2x+(50/50)	

Programme prévisionnel :

- **9H45** : réunion des délégués et équipiers référents (salle du centre nautique)
- **10h30** : les premiers embarquements
- **11h00** : départ course 21 km
- **11h30** : départ course offre jeune
- **13h30** : départ course 6 km
- **14h30** : départ course 12 km
- **16h30** : remise des récompenses et pot de l'amitié

Consultation programme des engagements et résultats sur <https://www.crewtimer.com/>

TYPE DE COURSE : Régate d'aviron de mer, ouverte aux rameurs et rameuses confirmés, licenciés FFA. 3 parcours : 21 km, 12 km, 6 km + 1 parcours de 2 km pour l'offre jeune (U15). Pour chaque course, classement par catégories (S/U19 – F/H/M). Classement par club (cumul des temps des 3 premières courses).

TYPE DE BATEAUX :

- Courses 21 km : 4X mer uniquement
- Courses Offre jeune : 1X mer et/ou 2X mer et/ou 4X mer en fonction du nombre d'inscrits
- Courses 6 et 12 km : 4X mer et 2X mer

PARCOURS :

- **Course 21 km** : Aller virer l'Île Ronde et retour en longeant la côte de Plougastel (Cf. plan), si la météo ne permet pas de virer l'Île Ronde, une bouée de virement sera située dans le secteur « Corbeau-Caro », parcours raccourci de 3 à 5 km.
- **Courses Offre jeunes** : Boucle de 2 km située entre le Passage et le pont de l'Iroise.
- **Course 6 km** : Boucle de 6 km entre le Passage et le secteur Keraliou.
- **Course 12 km** : 2 tours de la boucle précédente.

CATÉGORIES :

Course 21 km : Seniors et Masters (rameurs confirmés et aguerris)

Course Offre jeune : Jeunes (U15) sous la responsabilité de leurs encadrants de club.

Course 6 km : Juniors (U19) - Seniors et Masters (rameurs qui s'essayent à la compétition et/ou débutent la compétition).

Course 12 km : Seniors, Masters et (U19) (rameurs confirmés).

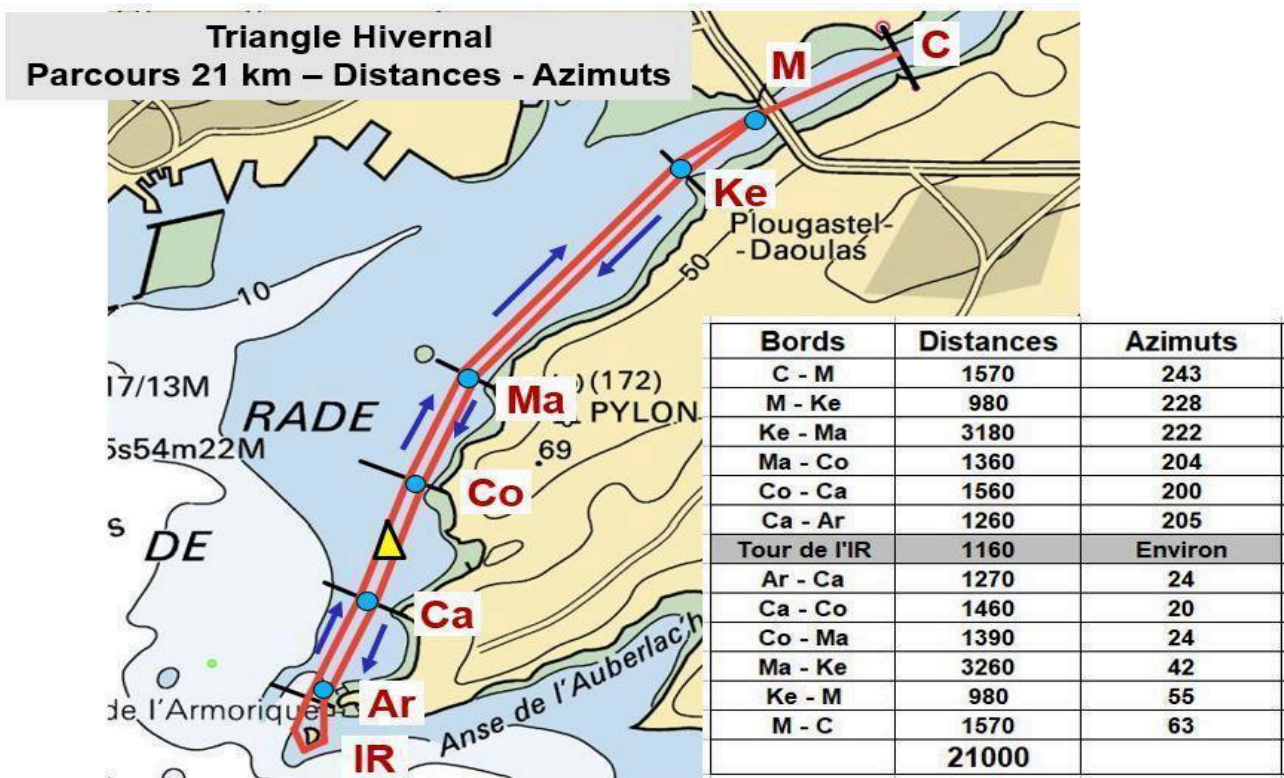
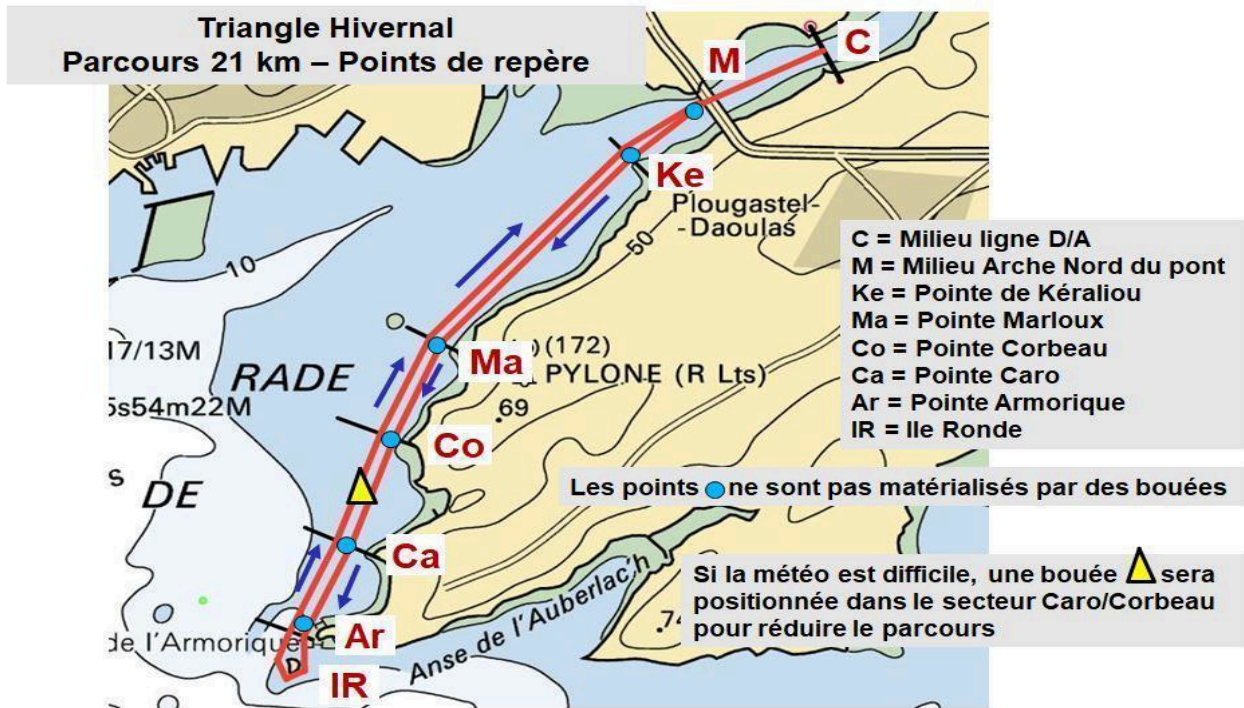
Documents ANNEXE :

Le tracé des parcours est réalisé sur fond carte marine type Géoportail ou data.shom.

<https://www.geoportail.gouv.fr/donnees/carte-littorale> - <https://data.shom.fr/> **En fonction de la précision du mouillage des bouées, leurs coordonnées, les distances et les azimuts peuvent être légèrement différents.**

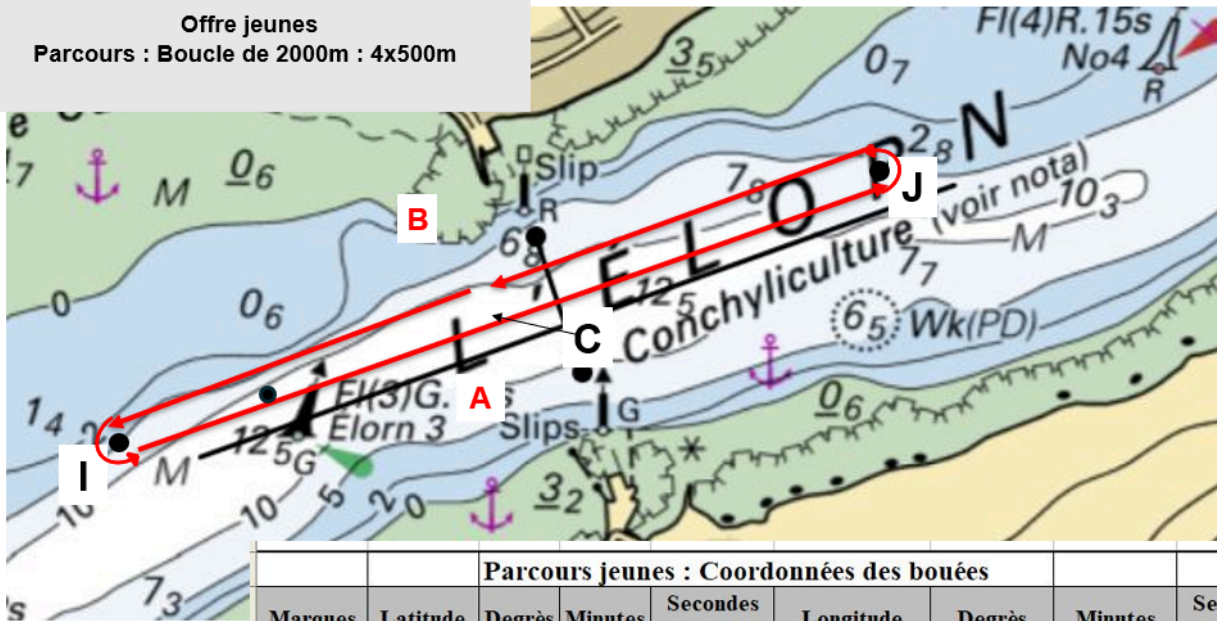
Course 21 km

La navigation se faisant le long de la côte, les coordonnées GPS des points de changement de direction ne sont pas données.



Course Offre jeune - Boucle de 2 km - Jeunes (U15)

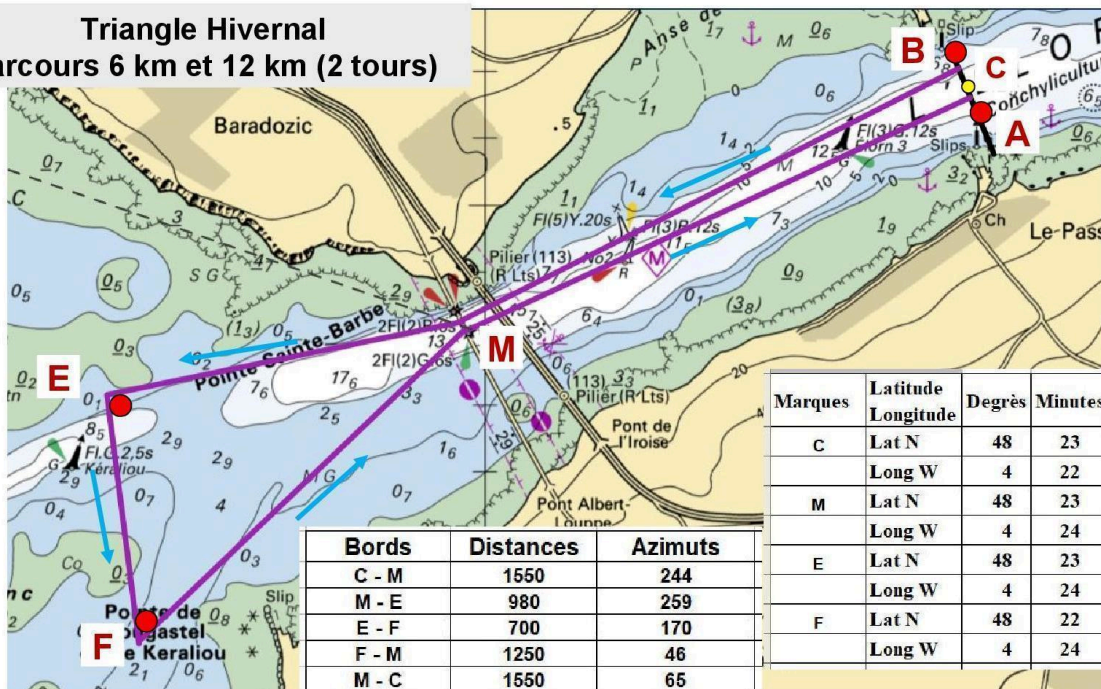
Offre jeunes
Parcours : Boucle de 2000m : 4x500m



Parcours jeunes : Coordonnées des bouées								
Marques	Latitude	Degrès	Minutes	Secondes Décimales	Longitude	Degrès	Minutes	Secondes Décimales
A	Lat N	48	23	38,00	Long W	4	22	55,00
B	Lat N	48	23	43,00	Long W	4	22	57,00
C	Lat N	48	23	40,50	Long W	4	22	56,00
I	Lat N	48	23	34,00	Long W	4	23	18,00
J	Lat N	48	23	45,00	Long W	4	22	32,00

Course 6 km (1 tour) et course 12 km (2 tours)

Triangle Hivernal
Parcours 6 km et 12 km (2 tours)



Marques	Latitude	Degrès	Minutes	Secondes Décimales
C	Lat N	48	23	41,00
	Long W	4	22	56,00
M	Lat N	48	23	20,00
	Long W	4	24	0,00
E	Lat N	48	23	13,00
	Long W	4	24	50,00
F	Lat N	48	22	50,00
	Long W	4	24	50,00

Bords	Distances	Azimuths
C - M	1550	244
M - E	980	259
E - F	700	170
F - M	1250	46
M - C	1550	65
	6030	

Exemple de parcours de replis – Environ 4 km - Adaptable en fonction de la météo.....

