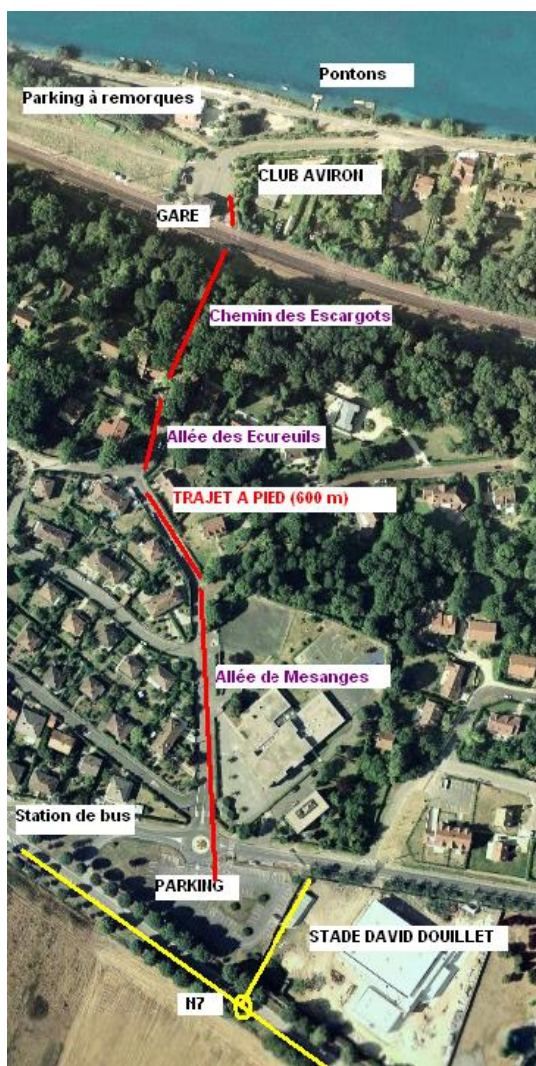


Bonjour les amis,

70 équipes sont attendus pour l'anniversaire tricennal du **GRAND PRIX d'AVIRON – LES CULS GELÉS Grand Paris Sud**. Nous vous demandons de bien vouloir respecter quelques règles simples pour faciliter la vie de tous :



Pour vous éviter des problèmes de stationnement nous allons filtrer les voitures qui devront se garer près du Stade David Douillet. Leurs occupants rejoindront ensuite notre club à pied par le « chemin de l'escargot » (plan ci-joint). Seuls les véhicules tractant une remorque à bateau pourront rejoindre le parking à remorques proche des pontons.

Une tente chapiteau servant de vestiaire sera disponible au club d'aviron.

Notre régates dispose du label « **Développement durable le sport s'engage** » du CNOSF. Aussi, nous vous demandons de bien vouloir respecter notre > [Charte et engagements éco-responsable](#)

✓ **Regrouper vos bateaux sur une remorque commune avec vos voisins**

La liste des clubs engagés est disponible sur notre site internet.

> [Grand Prix d'Aviron "Les culs gelés Grand Paris Sud"](#)

> [Engagements reçus pour le 18 janvier 2026](#)

✓ **Faire du covoiturage au départ de votre club**

Chauffeurs de remorques vous pouvez arriver dès le vendredi. Nous serons présents

Quelques informations complémentaires :

Par GPS entrez l'adresse 9 Rue de la Gare 91830 Le Coudray-Montceaux

- Ceux qui prennent la Francilienne devront prendre l'autoroute A6 direction Lyon (au niveau d'Evry)
- Ceux qui viennent par l'autoroute A6 dans le sens Paris-Lyon devront prendre la sortie n°11 Le Coudray-Montceaux, puis se diriger vers le centre ville
- Ceux qui viennent par l'A6 Lyon Paris, prendre la sortie 10 : Corbeil-Essonnes Centre-Mennecy. Rester à Droite. Puis au feu rouge tournez à Droite le Coudray-Montceaux
- Ensuite suivre les flèches « Aviron »

✓ **Amenez une gourde**

un distributeur d'eau est prévu pour vous permettre de la remplir

Vos bateaux doivent être équipés d'un porte numéro sur la pointe avant (Code des régates FFA article 18)

Pensez à en faire installer un s'il n'y en a pas avant de charger vos remorques. N'oubliez pas non plus l'écope et le gilet de sauvetage pour le barreur

C'est mieux de prévoir un rouleau adhésif large. S'il y a du vent il pourrait vous servir à installer des fargues. Il y a un peu de courant et le plan d'eau peut facilement s'agiter. Le vent se lève généralement sur notre bassin vers les 11h00

Pensez à emmener un chariot de transport de yolette. Les chariots de transport ne devront pas être utilisés pour amener les yolettes aux pontons de mise à l'eau, mais uniquement pour les ramener vers le parking des remorques après la régates. Pour amener les yolettes vers les pontons d'embarquement, un chemin de tréteaux est prévu. Les bateaux seront déplacés de tréteaux à tréteaux dès que place se libère devant eux

- Ne pas chercher à doubler en descendant les yolettes aux pontons : Attendre votre tour
- Après la course, vous devez accepter de prêter votre chariot de transport aux autres clubs pour faciliter l'évacuation des pontons.
- L'équipage qui emprunte un chariot pour remonter une yolette vers le parking à remorque **DEVRA IMPERATIVEMENT LE REDESCENDRE AUX PONTON ENSUITE** pour que les autres équipes puissent évacuer rapidement la zone de débarquement.

Une buvette est prévue

La plupart d'entre vous ont déjà réservé des sacs-repas qui vous seront remis après la course. Le prix du sac-repas sur place sera plus élevé que celui appliqué à l'inscription. La buvette propose des sandwiches, frites-saucisses, boissons froide et chaude, café, thé, chocolats. Elle sera ouverte dès votre arrivée le matin.

- Inutile d'amener votre plateau repas ou votre petit déjeuner. Merci de faire fonctionner la buvette
- Des gobelets réutilisables consignés au logo de la régates permettront de distribuer les boissons. Consigné, vous pouvez néanmoins le garder en souvenir si vous le souhaitez

Arrêt de navigation :

Il peut y avoir des péniches sur le plan d'eau car il ne s'agit que d'un arrêt d'éclusage de deux heures, décalés d'une heure et demie entre les deux écluses.

- de 9h00 à 11h00 pour l'écluse du Coudray-Montceaux (départ),
- de 10h30 à 12h30 pour l'écluse de Vives-Eaux (demi-tour)

Avec un arrêt de navigation se terminant à 12h30 pour cette écluse, les premières péniches avalantes ne pourront pas rattraper les derniers concurrents.

ATTENTION - IMPORTANT : Cela signifie que **les meilleurs équipages, ceux qui sont sous les deux heures, ne devront pas se présenter au départ avant 9h25** (autrement dit : parmi les dix premiers bateaux qui prendront le départ). Sinon, ils risquent de se trouver face à une péniche sortant de l'écluse lors de leur demi-tour de mi-parcours. Ceux qui feront la course en plus de deux heures n'auront pas ce problème.

Consignes aux barreurs

Barreur couvrez-vous ! Il fera froid : Équipez-vous d'un bonnet, de gants, d'une veste chaude, d'un collant sous votre pantalon.

- Vérifier que votre équipage a pris le bon numéro de dossard surtout lorsque plusieurs équipes de votre club sont engagés.
- Assister au débriefing à 8h30
- Soyez attentifs, aux branches et différents objets qui dérivent sur la Seine. N'hésitez pas à prévenir les autres concurrents si quelque chose pourrait être dangereux pour eux ainsi que le bateau de sécurité le plus proche. Sur le plan d'eau il y aura 7 bateaux de sécurité et une coté rive gauche des indications de la distance de course.
- Faites vous respecter de votre équipage, vous êtes responsable de leur sécurité. Vos rameurs doivent être à l'écoute de ce que vous leur dites. Mais surtout encouragez-les !
- Ne bloquer pas les bateaux qui vous dépassent, écartez-vous légèrement vers la berge.
- Vous devez faire 12,5 Km de remonté du courant avant de faire demi-tour autour d'une bouée. Attention au courant, prenez une marge suffisante pour la contourner la bouée et ne prenez pas un virage large.
- Respecter les bouées de parcours, ne pas le faire peut être éliminatoire.

Planning dimanche

8h00 Réunion des délégués, validation des participants, récupération des dossards

- Ceux qui n'ont pas réglé leurs engagements doivent le faire à l'ACCUEIL afin de récupérer leur dossard pour participer à la course
- Remplir la fiche des tee-shirts qui vous sera fournie en fonction du nombre d'engagés de votre club

8h30 Débriefing des équipages sur la place avec présence des barreurs obligatoire !

9h00 Premières mise à l'eau

- Attention contrôle des talonnettes pour les bateaux équipés de chaussures
- Le poids mini d'une Yolette est de 65 Kg (règlement FFA). Respecter les consignes des arbitres et des organisateurs pour faciliter les mises à l'eau
- Armez votre bateau avec ses avirons déjà positionnés avant la mise à l'eau
- Des écopés sont disponibles (bouteilles d'eau coupées en deux).

9h15 Premier départ de course ; **Peu importe votre numéro de dossard. On ne suit pas l'ordre des numéros ; dès que vous êtes prêt, vous partez. N'attendez pas d'avoir froid, allez-y !**

- Si vous avez plusieurs équipes engagées les meilleurs compétiteurs partiront en dernier.
- Prévoir 15 minutes entre la mise à l'eau et la ligne de départ
- Remettez vous tout de suite le bateau dans le sens de la course et prenez le départ (attention au courant), ne papotez pas, n'attendez pas.
- Ce sera un départ lancé. Criez votre n° de dossard aux chronométreurs et à chaque point de chronométrage

11h30 Heure limite pour passer le pont de Ponthierry situé à 10 Km du départ

- Si vous arrivez après cette heure limite, il vous sera demandé de faire demi-tour (élimination)

Après votre course penser à ramener vos dossards à la buvette (tout dossard perdu sera facturé 10 €)

13h30 Remise officiel des récompenses (ne partez pas comme des sauvages attendez pour féliciter les vainqueurs).

Les résultats seront disponibles sous Crewtimer via « Régate des culs gelés 2026 ».

Bonne régates à tous.

Le comité organisateur

Pascal BEAUSSART - Président de l'Aviron du Coudray-Montceaux