



CARNET DU RAMEUR



Mot du président

Bienvenue à Angers Nautique Aviron

Ce carnet aide tous les rameurs débutants et confirmés, loisirs et **compétiteurs à pratiquer l'aviron dans** les meilleures conditions de sécurité et de convivialité.

Il apporte les réponses et informations propres au fonctionnement du club, il précise quelques règles de vie.



N'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus.

Nous vous souhaitons beaucoup de **plaisir à ramer au club d'Angers** Nautique Aviron.

Bonne lecture à Tous !



Historique (histoire, palmarès....)



1893 : Création du club
« Angers Nautique »

1958 Angers Nautique s'installe à
l'adresse actuelle, 11 rue Larrey

1978 Titre en 8 seniors

2008 médaille aux JO avec Julien Bahain

<http://www.angersnautique.org>



Classement du club

1995 : 73^e club, 4^e division
2000 : 65^e club, 4^e Division
2005 : 34^e club, 2^e division
2008 : 26^e club, 2^e division
2009 : 16^e club, 1^{er} division
2010 : 15^e club, 1^{er} division



Présentation du Club

Rament à Angers Nautique Aviron :

- Les loisirs
- Les compétiteurs
- Les universitaires
- Les scolaires
- Les pratiquants occasionnels (portes ouvertes, animations **entreprises, stages été, ...**)



Angers Nautique Aviron en chiffres :



- Un club 3 étoiles (le plus haut niveau fédéral)
- **450 rameurs licenciés au club**
- 1000 pratiquants
- **2 salariés BEES 2**
- 25 initiateurs
- **250 sièges**



Plan du bassin

Les km forment
les champions !

Tour de l'île : 15

Vers Briollay

Le Bac 2,5

L'île 3

La pénichette 5

Ecouflant 6

Ligne haute tension 8

Bec de Loire 10,75

Vers Bouchemaine

Pont voie rapide 2

Pont de Pruniers 5

Pont de pierre 7

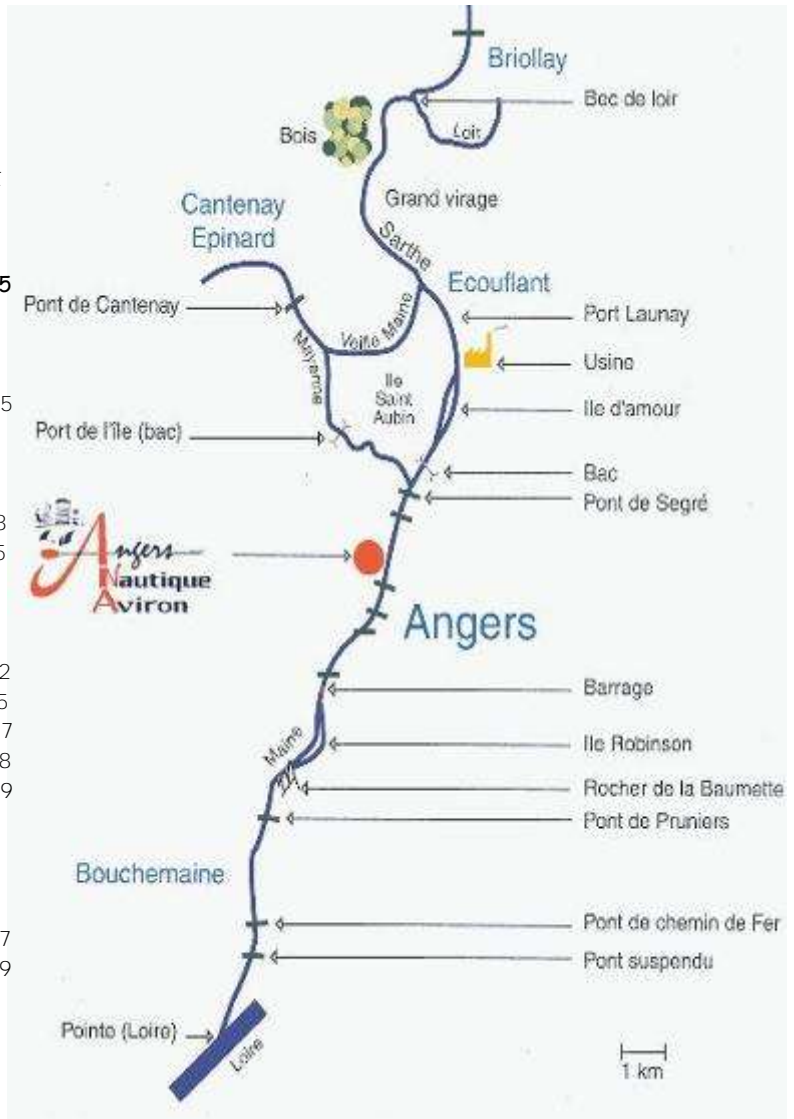
Pont suspendu 8

La Pointe 9

Vers
Montreuil Juigné

Cantenay Epinard 7

Ecluse 9



Horaires

Les rameurs doivent être présents au début des créneaux.

En cas de non respect, ils pénalisent l'ensemble de l'équipage.

Leur embarquement pourra être refusé.

Les sorties en Bateau



Les pratiquants inexpérimentés, les benjamins et minimes ne sont autorisés à monter en bateau que lors des sorties encadrées.

Les autres pratiquants doivent respecter les créneaux **d'ouverture du club**.

Une pratique en dehors des heures **d'ouverture du club n'est possible que sur autorisation formelle du Président et uniquement pour les rameurs majeurs suffisamment expérimentés.**



Avant chaque sortie, les rameurs doivent se **renseigner auprès de l'encadrant sur la zone de navigation autorisée**, en particulier pour aller à Bouchemaine, en cas de crue, ou de conditions météorologiques difficiles.



Le non respect de ces règles entraîne **l'entière responsabilité du rameur**.

Choisir le bateau adapté au niveau de l'ensemble de l'équipage.

La navigation est interdite de nuit.



Le cahier de sortie doit obligatoirement être rempli **avant chaque sortie** (indiquer l'heure de départ, le bateau, l'équipage, la direction et l'heure prévue de retour) et à la fin de celle-ci, et ce pour des raisons de sécurité

Règles de circulation

La navigation en rivière se fait en tenant sa droite (rive gauche en montant et rive droite en descendant).

Le départ et l'arrivée au ponton se font pointe avant face au courant (direction Ecoouflant)



Le rameur en tête du bateau doit régulièrement se retourner pour éviter tout risque de collision.



Règles de sécurité (chavirage, météo, ...)



Une observation régulière est indispensable pour éviter tout obstacle (pile de pont, rive, perche, pêcheur, autre bateau, ...)

Le bateau rattrapé doit s'écarter pour laisser le passage et se signaler à la voix.



Tous les bateaux sont tenus de porter assistance aux rameurs en difficulté.

En cas de chavirage, utiliser le bateau comme flotteur et ne jamais le quitter pour essayer de rentrer à la nage.

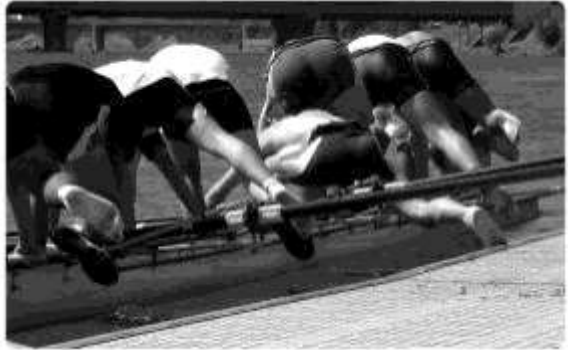


La tenue vestimentaire doit être adaptée en fonction de la saison (long en hiver, sweat shirt, Kway ...)

Règles de courtoisie

Sur l'eau

Dégager rapidement le ponton.



ATTENTION RAMEUR

Respecter les autres utilisateurs du bassin (pêcheurs, plaisanciers, débutants ...).

Ne pas entraver la circulation du bassin lors de manœuvres ou d'exercices.



Pour des raisons d'hygiène mettre des chaussettes lorsque les chaussures sont fixées au bateau.

A terre et dans le reste du club

Signaler toutes les dégradations ou anomalies constatées sur le matériel.



Chacun doit veiller à la propreté et au respect du club et de ses abords (vestiaires, parking, ponton, rives ...).



Aider les autres pratiquants à la manipulation des embarcations lourdes ou individuelles.

Les vélos doivent être garés à l'extérieur des locaux.



Veiller à stationner les voitures de façon optimisée et de façon à ne pas gêner la manipulation des bateaux et la circulation des remorques ou autres véhicules.

Entretien et Réglage des bateaux



Les bateaux sont très fragiles et très chers. Leur **durée de vie et d'utilisation dépend de l'attention que chacun y porte.**



Avant la sortie :

Mettre le bateau sur tréteaux et vérifier son état général.



Procéder aux réglages (barre de pied, ...), serrage, et fermer les bouchons.

Descendre les avirons puis le bateau.



Après la sortie

Nettoyer et rincer la coque après chaque sortie.

Nettoyer les rails et **l'intérieur du bateau.**

Ouvrir les bouchons.

Stocker avec attention **les bateaux à l'emplacement** qui leur est attribué.

Ranger les tréteaux

Réparer si possible le matériel endommagé ou signaler les réparations plus lourdes à programmer.

Tous les rameurs doivent participer **aux journées d'entretien.**



Déplacements et compétitions

Chaque équipage est responsable du démontage et remontage de son embarcation.



Le démontage et remontage des portants se fait à l'aide d'une clé de 10 tournevis et d'une clé de 13.

Les clés de 10 plates sont strictement interdites.



Le matériel démonté (coulisses et portants) est scotché et repéré.

Chaque équipage sangle soigneusement son bateau sur la remorque selon le plan prévu.



Pendant les compétitions les rameurs représentent le club.
Ils doivent donc avoir un comportement irréprochable.

Lors des parcours ils doivent être
habillés de tenues identiques.



Chaque embarcation est tenue de
faire tous les parcours pour
lesquels elle est qualifiée à
cadence de course.



Tous les rameurs doivent
respecter les consignes et
horaires donnés par
l'encadrement.



REGLEMENT INTERIEUR

1. ADHÉSION

1.1. RÈGLES GÉNÉRALES D'ADHÉSION

L'appartenance au club Angers Nautique Aviron (ANA) implique l'acceptation sans réserve des Statuts et du présent Règlement Intérieur.

Un adhérent ne pourra participer aux activités du club qu'après avoir remis au secrétariat :

- son dossier d'inscription dûment complété et signé pour la saison en cours ;
- un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'aviron datant de moins de trois mois ;
- le règlement de sa cotisation ;
- le présent Règlement Intérieur, daté et signé ;
- La fiche sanitaire de liaison, pour les mineurs.

Tout dossier incomplet interdit de monter en bateau ou de participer à un quelconque déplacement géré par le club.

Le club ne saurait être tenu pour responsable en cas d'accident survenant à un adhérent en dehors de ses locaux ou des activités encadrées par celui-ci, qu'il soit majeur ou mineur, y compris si l'accident survient à un horaire où il aurait dû se trouver à la Base nautique.

Le Bureau fixe le tarif des cotisations et des différentes participations demandées aux **membres et les soumet à l'approbation de l'Assemblée générale.**

La cotisation reste acquise à l'Association. Elle ne peut, en aucun cas, donner lieu en cours d'année à des remboursements et ne peut être calculée au prorata temporis en dehors des formules mises en place par le club.

1.2. DROIT D'ENTRÉE

Toute première adhésion peut s'accompagner du versement d'un droit d'entrée fixé chaque **année par l'Assemblée générale, sur proposition du bureau.**

1.3. LICENCES

Tout adhérent au club doit obligatoirement être licencié auprès de la FFSA et respecter les règlements de cette Fédération.

1.4. NOMBRE D'ADHÉRENTS

Le Bureau se réserve la possibilité de limiter le nombre d'adhérents par catégorie en fonction **des capacités d'accueil et d'encadrement de la section.**

2. ORGANISATION D'ANGERS NAUTIQUE AVIRON

2.1. LE COMITE DE DIRECTION

Le Comité de direction, élu par l'Assemblée générale, gère le club et décide de la politique sportive dans le cadre des Statuts et du Règlement Intérieur de l'ANA d'une part, des Statuts et Règles de la Fédération Française des Sociétés d'Aviron d'autre part.

En matière de sécurité, le Comité de direction applique les Règles Fédérales et peut les renforcer au vu des conditions spécifiques de navigation sur le bassin d'entraînement.

3. SÉCURITÉ DES PRATIQUANTS

3.1. RESPECT DES RÈGLES DE SÉCURITÉ

Toutes les décisions relatives à la sécurité prises par le Comité de direction, le Bureau, son Président ou les Entraîneurs doivent être impérativement appliquées. Les membres du Bureau et les encadrants sont tenus de les faire appliquer.

3.2. AFFICHAGE DES RÈGLES DE SÉCURITÉ

Un plan du bassin, un tableau d'organisation des secours et les consignes fédérales de sécurité sont affichés dans le club.

3.3. CAHIER DE SORTIE

Avant chaque sortie sur l'eau, le cahier de sortie doit être rempli de manière lisible : la date, le nom des rameurs et du barreur, le nom du bateau, l'heure de sortie, la direction **prise et l'heure prévue de retour doivent être impérativement indiqués.**

Après chaque sortie, l'heure de retour et les éventuelles observations ou réparations nécessaires du bateau doivent être notées.

3.4. CANOT À MOTEUR

Avant chaque sortie, les rameurs doivent s'assurer de la présence sur l'eau (au minimum **amarré au ponton**) d'un canot à moteur en état de marche, muni des équipements obligatoires. Ils participent, si nécessaire, à son installation et à sa désinstallation.

Toute personne doit obligatoirement avoir l'autorisation d'un encadrant ou d'un dirigeant pour conduire un canot à moteur.

Pour utiliser les canots équipés d'un moteur de plus de 6 chevaux, un permis est obligatoire.

3.5. PRATIQUE AUTONOME

Une pratique en dehors des heures d'ouverture du club n'est possible que sur autorisation formelle du Président et uniquement pour les rameurs majeurs suffisamment expérimentés.

Une telle pratique se fait sous l'entière responsabilité du rameur et dans le strict respect de l'ensemble des règles de sécurité.

3.6. CHAVIRAGE

En cas de chavirage, les consignes de sécurité suivantes doivent être appliquées :

- utiliser le bateau comme flotteur, mettre le buste hors de l'eau et se hisser sur la coque pour attendre du secours ;
- ne pas quitter le bateau pour essayer de regagner la rive à la nage.

Toutes les personnes présentes à proximité doivent porter assistance aux personnes tombées à l'eau, ou s'assurer qu'un secours efficace leur est porté.

3.7. CIRCULATION

La navigation en rivière se fait en tenant sa droite (rive gauche en montant et rive droite en descendant).

3.8. INTERDICTION DE SORTIE OU LIMITE PARTICULIÈRE DE BASSIN

Les encadrants ou les membres du Bureau apprécient l'état du bassin et les conditions de sécurité. Selon les circonstances, ils peuvent interdire les sorties ou réduire les limites du bassin d'entraînement :

- Brouillard : **interdiction de sortie si la visibilité est insuffisante ;**
- Crue : **les arrêtés d'interdiction ou de restriction du bassin doivent impérativement être respectés.**
- Froid : du 1^{er} novembre au 31 mars ou si la température est inférieure à 0 °C, les sorties en skiff et deux sans barreur sont interdites en dehors des heures de présence des Entraîneurs et autorisation expresse de leur part.
- Nuit : il est strictement interdit de ramer de nuit ;
- **Orage ou risque d'orage** : la navigation est interdite.

Il appartient à l'encadrant de chaque sortie de définir la direction et la zone de navigation, qui peuvent être différentes selon les catégories et le niveau des rameurs.

Chaque rameur doit respecter sa zone de navigation.

3.9. HABILLEMENT

Le port d'une tenue correcte et adaptée aux conditions météo et d'exercice de l'activité (mouvements, pontons potentiellement glissants, chocs thermiques en cas de chavirage) est obligatoire.

4. PARTICIPATION AUX ENTRAÎNEMENTS ET COMPÉTITIONS

Les horaires d'ouverture et les différents créneaux sont affichés au club, et consultables sur le site Internet (www.angersnautique.org).

4.1. PRÉSENCE D'UN ENTRAÎNEUR

L'activité sportive ne peut être pratiquée en dehors de la présence, sur le lieu de pratique, d'un encadrant (titulaire BEES 1 ou dûment accrédité par le Bureau). Une dérogation particulière peut être accordée aux adhérents majeurs ayant un très grand niveau de pratique, sur décision expresse du Président (cf. art. 3.5).

4.2. RÉGULARITÉ ADMINISTRATIVE

La participation aux entraînements, et plus généralement à toute compétition ou test, n'est autorisée qu'aux adhérents en règle administrativement et à jour de leur cotisation. De ce fait, les encadrants ne peuvent accepter un adhérent tant que son dossier d'inscription n'est pas complet (*en particulier s'il n'a pas de certificat médical*).

4.3. DÉPART DES ENTRAÎNEMENTS OU DES COMPÉTITIONS

Sauf autorisation écrite expresse des parents et accord des encadrants, les enfants mineurs ne sont pas autorisés à quitter un entraînement ou une compétition avant la fin de celui-ci ou de celle-ci.

4.4. SÉLECTION AUX COMPÉTITIONS

La sélection aux compétitions est du ressort de la commission sportive et des Entraîneurs. Seuls les adhérents sélectionnés et porteurs d'une licence délivrée par l'intermédiaire d'Angers Nautique Aviron (comportant un certificat médical) pourront être engagés dans des compétitions.

4.5. ASSIDUITÉ

Pour les rameurs Compétitions : sauf raison valable, la participation aux compétitions pour lesquelles ils se sont engagés est obligatoire. Il en est de même pour les entraînements.

4.6. STAGES - DÉPLACEMENTS - PARTICIPATION AUX COMPÉTITIONS

Pour les jeunes, la présence à un stage peut être demandée par de la Commission sportive ou un Entraîneur.

Chaque participant à un stage ou à un déplacement doit s'acquitter de la participation financière qui lui est demandée, avant l'évènement. Dans le cas contraire, le départ en déplacement pourra lui être refusé.

Le non-respect du Code des Régates établi par la FFSA pourra éventuellement entraîner la prise en charge par les rameurs concernés des éventuelles amendes. Il appartient aux Entraîneurs et **au Comité de direction d'en décider.**

Pendant les compétitions, les stages ou les déplacements, les rameurs représentent le club. Ils doivent donc avoir un comportement irréprochable.

Des personnes autres que les rameurs peuvent être présentes lors des compétitions.

Si elles le sont à la demande et avec l'accord préalable des Entraîneurs, elles sont intégrées au déplacement. Elles s'engagent à se mettre à la disposition des Entraîneurs et à respecter les règles d'organisation du déplacement.

Dans le cas contraire, elles ne doivent en aucun cas interférer dans le bon déroulement de la **régate ou perturber les rameurs. En particulier, leur présence sur le lieu d'hébergement est interdite.**

4.7. TENUE

Lors de compétitions ou de sorties officielles, les tenues uniformes aux couleurs du Club sont obligatoires. L'absence constatée de tenues conformes pourra entraîner des sanctions (amendes, **disqualifications... conformément aux règles édictées par la FFSA).**

Lors des entraînements et des sorties organisées par le club une tenue correcte est exigée.

5. DISCIPLINE

5.1. TABAC, ALCOOL, SUBSTANCES ILLICITES

En application de la loi, il est strictement interdit de fumer dans les enceintes sportives.

De même, l'introduction ou la consommation de substances illicites ou d'alcool, sont formellement interdites sur la Base nautique et sur les lieux de déplacement, de stage et de compétition.

5.2. RESPECT DES HORAIRES

Afin de ne pas perturber le bon déroulement des séances, les Entraîneurs ou encadrants sont habilités à ne pas accepter un pratiquant arrivant en retard.

5.3. MAINTIEN DE LA DISCIPLINE

Le maintien de la discipline au sein du club est du ressort des encadrants, du Président et des membres du Comité de direction.

Ces Responsables ont toute autorité pour sanctionner un manquement à la discipline. Ils **peuvent, s'ils l'estiment nécessaire, exclure un rameur d'une séance et/ou demander son exclusion temporaire ou définitive du club s'il refuse de se plier à cette Autorité.**

Lorsqu'un mineur est exclu d'une séance, il est de la responsabilité de son représentant légal de venir le chercher dans les meilleurs délais.

Le Bureau, en tant qu'organe disciplinaire de première instance, peut prononcer l'exclusion temporaire d'un adhérent. Une exclusion définitive est décidée en Comité de direction.

5.4. EFFETS PERSONNELS

Le Club ne peut en aucun cas être tenu responsable, en cas de vol d'effets personnels dans l'enceinte de la Base nautique, en stage ou en compétition.

La venue avec des objets de valeur (argent, téléphone portable, MP3, bijoux...) est fortement déconseillée.

6. DROITS ET DEVOIRS DES MEMBRES DU CLUB - VIE COLLECTIVE

6.1. PARTICIPATION À LA VIE DU CLUB

Tout membre inscrit est invité à participer activement à la vie du club à travers le bénévolat.

Le fonctionnement du club comprend les entraînements et les sorties sur l'eau et à terre, la mise à l'eau et le rangement du canot à moteur et l'entretien du matériel et des locaux.

Elle comprend aussi l'organisation et l'animation de différentes manifestations (journées portes ouvertes, régates, déplacements, et autres évènements, ...).

Elle comprend enfin l'animation du club lui-même : Assemblée générale, réunions du Comité de direction, animation des différentes sections, ...

Les adhérents sont invités à y participer en fonction de leurs disponibilités et de leurs **engagements. De manière générale chaque adhérent est fortement invité à contribuer à la vie collective du club.**

6.2. RESPECT DU MATÉRIEL

Le bateau devra être nettoyé (intérieur et extérieur) et rangé dans le hangar par son équipage après chaque sortie et chaque entraînement.

Chaque participant à un déplacement est tenu de participer au bon déroulement du chargement et déchargement des bateaux sur la remorque : démontage, remontage, arrimage, **réglage (sous la responsabilité d'un Entraîneur), rangement du matériel à l'aller comme au retour.**

Au retour d'un déplacement, le bateau devra également être nettoyé (intérieur et extérieur) et rangé dans le hangar par son équipage.

Les équipages doivent aussi s'assurer du rangement des tréteaux.

Chaque adhérent devra utiliser uniquement le matériel qui lui aura été désigné par les **encadrants en fonction du niveau de l'ensemble de l'équipage.**

Le matériel plus fragile pourra être préservé de toute sortie lorsque l'état du bassin crée un risque de détérioration ou lorsque le défaut de niveau de pratique ou d'implication d'un **adhérent dans l'entretien quotidien du matériel le justifie.**

Chaque bateau doit être utilisé avec son propre armement : pelles, coulisses, portants et dames de nage, barre, etc.

Toute réparation pouvant être effectuée immédiatement doit être faite par l'équipage. Cette réparation doit être notée sur le cahier de sortie afin d'en permettre le suivi.

Les réparations plus lourdes doivent être signalées aux encadrants.

Tout manquement au présent Règlement Intérieur pourra être sanctionné, la sanction pouvant aller jusqu'à l'exclusion du club.

Fait à Angers, le
Entrée en vigueur, le