

# COUPE DE 19 FRANCE "AVRIL UNIVERSITAIRE 2025 D'AVIRON

PLAGE DU PORT  
D'ARCACHON

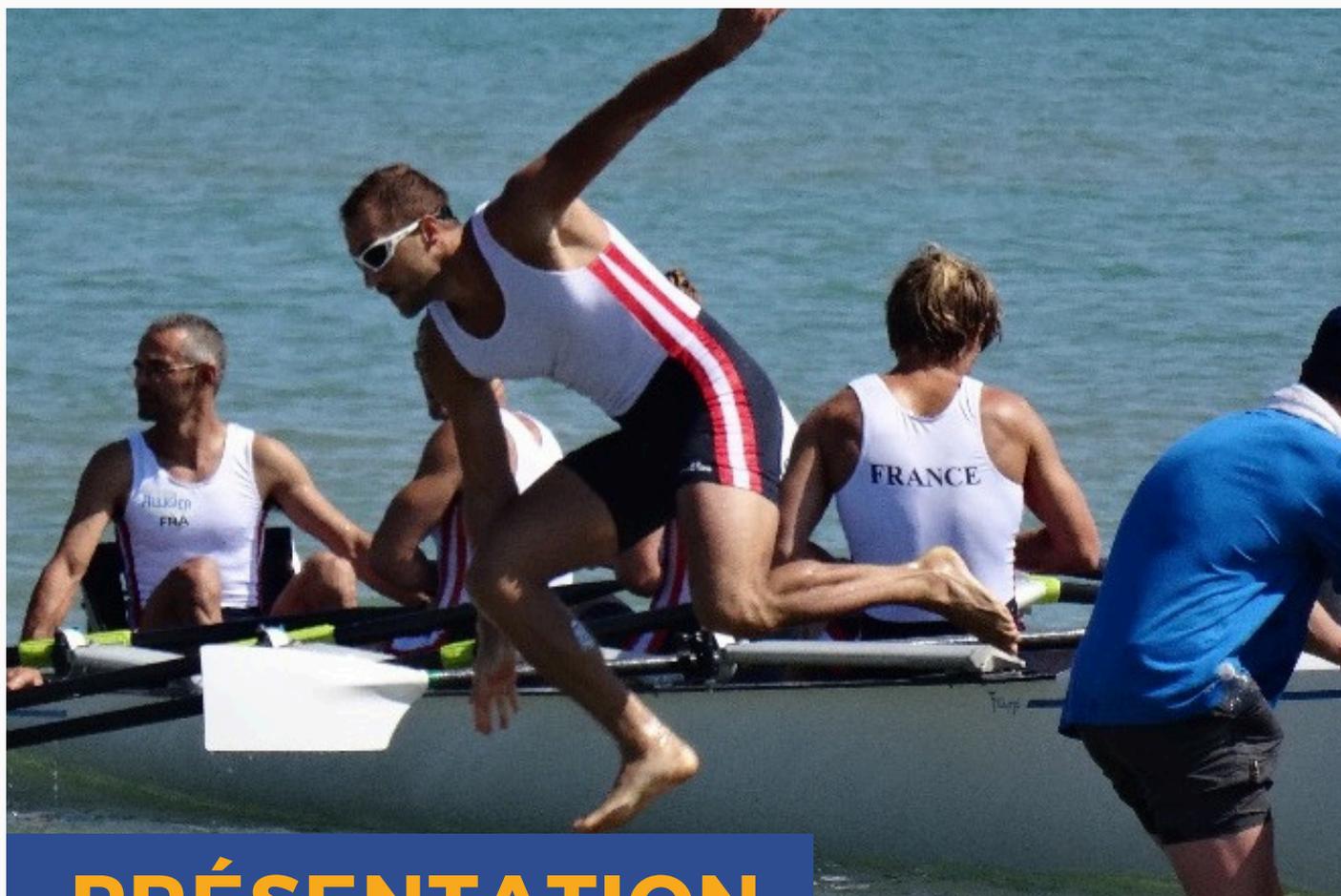


# BEACH SPRINT



en co-organisation avec





# PRÉSENTATION

L'Aviron Arcachonnais et le Rotary Club d'Arcachon organisent la première **Coupe de France Universitaire de Beach Rowing Sprint**, lors de la 10e édition du Salon Nautique d'Arcachon,

Cette compétition aura lieu le **samedi 19 avril 2025** sur la plage du port d'Arcachon.

Le BRS vient d'être retenu pour les **Jeux Olympiques de 2028 à Los Angeles** il est en plein essor tant au niveau national qu'international.

Né en 2015, lors des **Jeux méditerranéens de plage de Pescara** en Italie,

Le **Beach Sprint** n'a cessé depuis de grandir et de séduire de plus en plus de rameurs.

"L'aviron de mer existe depuis 30 ans et a été modernisé ces dernières années par le développement du **Beach Sprint**.

Cela a permis une montée en **puissance de la discipline**"



# ORGANISATION

## Programme du Week-end pour les compétiteurs

### Vendredi - 18 Avril

- **Arrivée à Arcachon** : entraînement possible le vendredi après-midi entre 16h et 19h
- **Fermeture du bassin** : 19h00 (fermeture du salon nautique)

### Samedi - 19 Avril

- **Accueil sur le lieu de compétition** : 8h
- **Session entraînement** : 8h30 à 9h30
- **Briefing équipages** : au club d'Aviron, sur le port d'Arcachon, à partir de 10h00
- **Compétition** : Eliminatoire à partir de 11h
- **Pause** : 13h00
- **Phase finale** : 14h00
- **Cérémonie des prix** : 17h30
- **Gala de clôture** : 19h au club d'Aviron



Marée haute : 9h48

Marée basse : 15h39

coefficient de marée : 44



en co-organisation avec



# UNE COURSE SPECTACULAIRE

Pour le public  
le spectacle est  
garanti.  
Pour les  
sportifs,  
l'adrénaline est  
assurée !

Cette compétition est  
réservée aux **Grandes  
Ecoles et aux Universités.**

Chaque équipage pourra  
être sponsorisé par un club  
Rotary de sa région.



## Le Format

- Sur une après-midi de compétition, organisation de la **Coupe de France Universitaire de Beach Rowing Sprint**, avec une trentaine d'équipes.
- **Beach** - Une plage comme site de compétition, accessible et à proximité du public.
- **Rowing** - Une course à la rame, l'aller en slalom autour de bouées sur 250 m et le retour en ligne droite. Course de 2 à 3 minutes, spectaculaire et facile à comprendre
- **Sprint** - Un sprint en course à pied de 50m sur la plage. Le BRS est une variante de l'aviron de mer, associant un parcours à terre en course à pied et un slalom sur l'eau en bateau d'aviron. En mode duel, les deux équipages s'affrontent en parallèle pour la plus grande joie du public.
- **Catégorie** - Toutes les courses s'effectueront en 4x barré mixte en yole de mer (deux femmes et deux hommes).



en co-organisation avec



# ZOOM SUR LA PRATIQUE

## La course à pied :

1 membre de l'équipe est choisi pour réaliser la partie sprint sur la plage. Tonicité, équilibre, puissance, coordination... grâce à ces qualités, le ou la rameuse peut faire gagner de précieuses secondes à son équipe. 50 m à réaliser le plus vite possible avant d'embarquer.

## Les transitions :

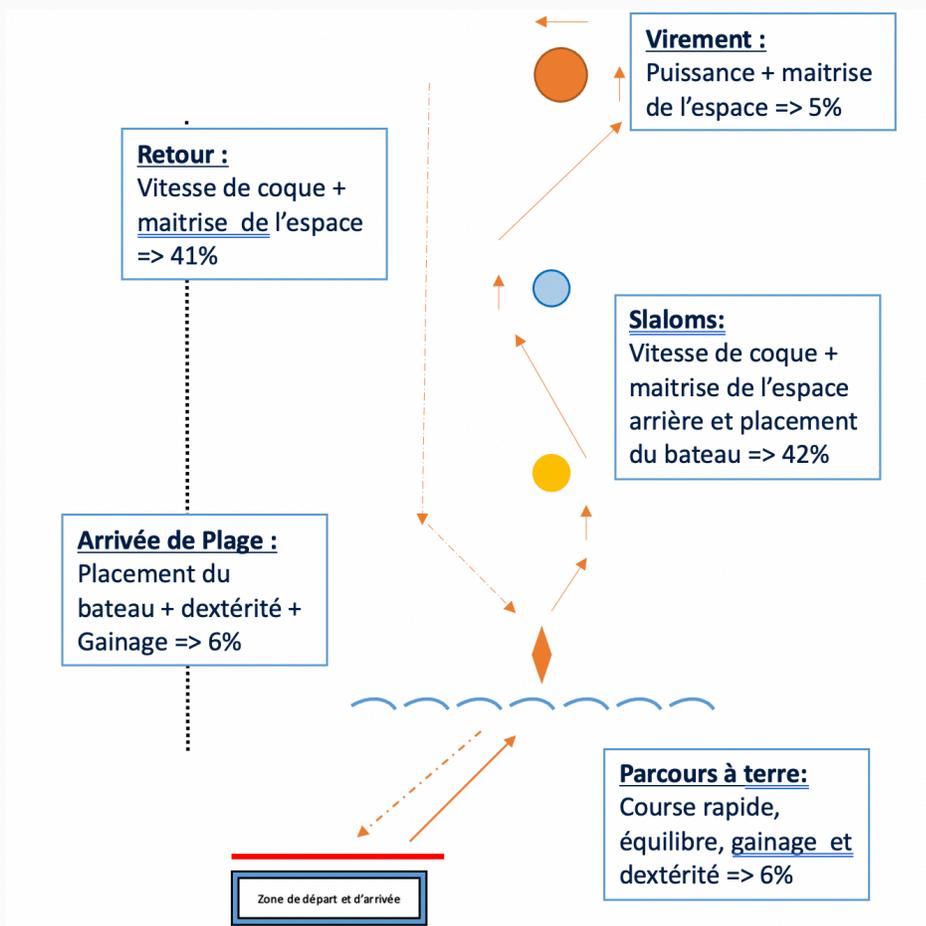
Elles sont primordiales dans la pratique, comme au triathlon.

Après son sprint sur le sable, puis l'entrée dans l'eau, le ou la barreuse doit réussir son installation dans le bateau en minimisant la perte de temps.

Pas toujours simple quand il y a des vagues... De même lors du débarquement pour le sprint final.

## La navigation:

La partie en bateau est également un sprint (250 m à parcourir aller et 250 m au retour) et de nombreux paramètres entrent en considération. La navigation nécessite beaucoup d'énergie de la part des rameurs et les manœuvres sont déterminantes. Lors du slalom, il faut éviter les chocs aux bouées et être capable de réaliser le virement à 180° le plus rapidement possible.



# INSCRIPTION



Pour participer à cette Coupe de France, les frais d'entrée sont fixés à **30€\***

*\*Pack de base (Early Access) :*

- du 01/02 au 15/02 : 30€
- du 16/02 au 15/03 : 40 €
- après le 15/03 : 50 €

*prix par compétiteur\**

*Options :*

- nuit du vendredi soir avec petit déjeuner : + 35€

VENIR :

En Train

Ligne de TGV Paris  
Bordeaux Arcachon.  
Ou ligne TER Bordeaux  
Arcachon.

En Voiture

Depuis Bordeaux ou Bayonne  
Autoroute A 63 prendre la  
sortie 22 Bassin D'Arcachon  
sur L'A660 suivre Arcachon

Une fois inscrit sur le site de la FFSU, la validation de l'engagement d'un équipage se fera auprès du club d'Arcachon.

## Le pack

**Le coût de ce pack comprend pour chaque compétiteur :**

- Le repas du samedi midi ;
- Le gala et le repas du samedi soir ;
- La nuit du samedi soir ;
- Le petit déjeuner du dimanche matin.

Et

- La mise à disposition du matériel par l'Aviron Arcachonnais (bateaux Swift Racing, aviron et pelles, gilet de sauvetage...)
- Possibilité de demander un barreur fourni par le club.

## Inscription

Pour vous inscrire utilisez les filtres suivants :

- Académie : CENTRALE
- Sport : Aviron de mer - Beach rowing sprint

[https://www.sport-u-licences.com/fnsu\\_compets02.php](https://www.sport-u-licences.com/fnsu_compets02.php)

**Les frais d'entrée pour les Universités étrangères sont de 50€ par participant.**

# UN BUT HUMANITAIRE

**AVEC LE  
ROTARY**

**Aidons tous ces enfants à  
s'épanouir grâce au sport !**

Vous êtes tous des sportifs accomplis, mais tous n'ont pas cette chance et en particulier de nombreux enfants atteints de troubles ou de handicaps variés.

**L'association grain de folie** est une association de loi 1901 ayant pour objectif de permettre l'accès au sport pour tous les enfants en situation de handicap. Cette association est localisée sur le Bassin d'Arcachon, et vise à développer l'inclusion dans les clubs sportifs locaux.

A travers un accompagnement individualisé, l'éducateur, référent de deux enfants, travaillera aux adaptations nécessaires permettant une inclusion qualitative et pérenne.

Des groupes plus spécifiques seront également proposés aux enfants, comme tremplin afin de proposer un accompagnement adapté aux besoins individuels de chacun.

A ce jour, le Club de natation de La Teste s'est lancé à nos côtés dans ce projet. Le Club d'Athlétisme de Gujan-Mestras nous a également rejoint. Nous proposons un créneau de découverte Multisports, dans le but de permettre aux enfants d'affiner leur propre goût à l'égard d'un sport en particulier.



en co-organisation avec



# ENVIRONNEMENT

Venez passer un week-end sur la belle station balnéaire d'Arcachon et profitez du cadre idéal du printemps pour découvrir le bassin.

Le bon moment pour soutenir votre équipe et faire gagner votre club:

- **Une action humanitaire:** un projet qui a du sens, tourné vers les autres.
- **Une course inscrite au programme de la FFA et de la FFSU :** une discipline en plein essor au sein de World Rowing.
- **Un cadre exceptionnel:** le calme, le soleil, l'océan, des grands espaces, la dune du Pilat et son bassin.



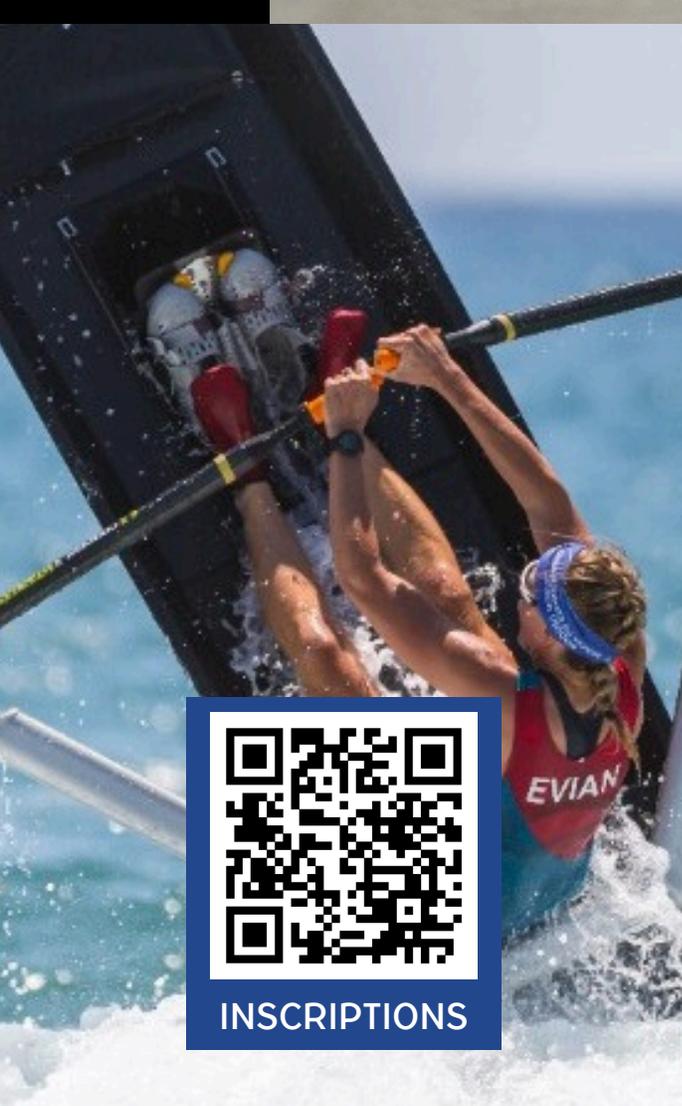
**AVEC LE  
ROTARY**

Le dimanche, profitez du salon nautique et des nombreuses activités proposées sur le bassin d'Arcachon.



en co-organisation avec





INSCRIPTIONS



Universités

Ecoles

Rotary club

SOYEZ LES  
PREMIERS À  
REMPORTEZ LE  
TITRE!



en co-organisation avec



Arcachon

