

CHERBOURG  
OCTEVILLE

**CHERBOURG**  
en Cotentin

# LA RADE A BOUT DE BRAS

## CHERBOURG-EN-COTENTIN

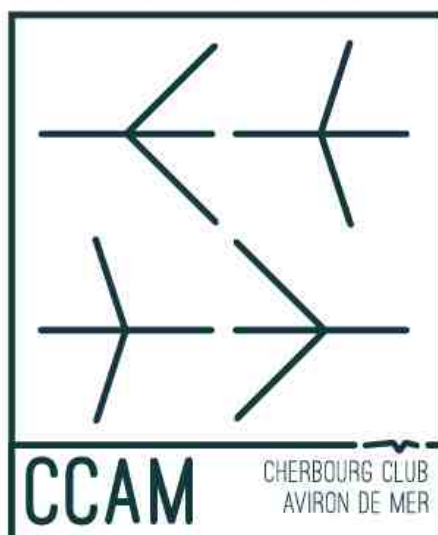
**SAMEDI 07**  
**DIMANCHE 08** **OCTOBRE 2023**

35<sup>ème</sup>  
édition



**SAMEDI :**  
RÉGATE LABELLISÉE  
PREMIÈRE MANCHE DU  
CHAMPIONNAT DE ZONE  
NORD-OUEST 2024

**DIMANCHE :**  
RÉGATE LONGUE DISTANCE



Information, inscription :  
Cherbourg Club Aviron de Mer  
Site : [www.cherbourg-aviron.com](http://www.cherbourg-aviron.com)  
Mail : [contact@cherbourg-aviron.fr](mailto:contact@cherbourg-aviron.fr)  
Téléphone : 02 33 94 04 94



# **SAMEDI 07 OCTOBRE 2023**

## **RÉGATE LABELLIÉE**

### **Première manche championnat de zone NO**

## **RÈGLEMENT DE LA COURSE RADE A BOUT DE BRAS**

### ***Inscriptions***

Les engagements des rameurs se feront par internet sur le site fédéral de la FFA à l'exception des équipages mixte de club, J14 et étranger, qui se feront par courriel à [contact@cherbourg-aviron.fr](mailto:contact@cherbourg-aviron.fr).

- Ouverture des inscriptions le 9 septembre 2023
- Clôture des inscriptions le 30 septembre 2023

### ***Tarifs***

- Juniors : 3 €
- Seniors, Masters : 5 € par rameur et par course
- Gratuit pour les barreurs

### **Matériel de sécurité obligatoire par bateau :**

- Un gilet de sauvetage par personne (rameur et barreur),
- Un bout de remorquage de 15 mètres minimum,
- Port du gilet de sauvetage pour le barreur

Tous les bateaux devront respecter ce règlement et un contrôle du matériel de sécurité sera réalisé avant la mise à l'eau. Les instructions de course et procédures de départ seront données lors des briefings.

Contrôle obligatoire du matériel de sécurité à la cale.

**Le chef de bord de chaque bateau devra émarger à l'embarquement et au débarquement.**

### ***Catégories***

***distance de course : 6 km***

- **SÉNIOR/ MASTER MIXTES** – SM2x; M40M2x ; SM4x/+ ; SM2xPR3
- **SÉNIOR/ MASTER FEMME** – SF4x+ ; SF2x ; SF1x ; M40F4x+ ; M40F2x ; M40F1x
- **SÉNIOR/ MASTER HOMME** – SH4x+ ; SH2x ; SH1x ; M40H4x+ ; M40SH2x ; M40SH1x
- **J16/18 FEMME** – J16/J18F4x+ ; J16/18 F2x
- **J16/18 HOMME** – J16/J18H4x+ ; J16/18 H2x
- **J16/18 MIXTE** – J16/J18M4x+ ; 16/18M2x

***distance de course : 2 km***

- **J12/14 FEMME** – J12/14 F4x+ ; J12/14 F2x

- **J12/14 HOMME** – J12/14 H4x+ ; J12/14 H2x
- **J12/14 MIXTE** – J12/J14M4x+ ; J12/14M2x

### Horaires et coefficients des marées :

<b>Samedi 07 octobre 2023</b>			
	<b>Heure</b>	<b>Hauteur</b>	<b>Coefficient</b>
<b>PM</b>	02h48	4,78 m	33
<b>BM</b>	09h27	3,19 m	
<b>PM</b>	15h09	4,79m	28
<b>BM</b>	22h28	3,08 m	

<b>Dimanche 08 octobre 2023</b>			
	<b>Heure</b>	<b>Hauteur</b>	<b>Coefficient</b>
<b>PM</b>	04h36	4,56 m	26
<b>BM</b>	11h14	3,36 m	
<b>PM</b>	17h04	4,37 m	28
<b>PM</b>	--	-- m	--

# PROGRAMME :

Samedi 07 octobre 2023

- 08h-09h30      Accueil au parking à bateaux pour confirmation des engagements et émargement des délégués  
***Un espace rafraîchissement avec casse-croûtes sera ouvert dès 11h.***
- 09h 30           Réunion des arbitres, directeur de course et de la sécurité  
Pesée des barreurs (2h a 1h avant sa course),
- 09 h 45           Réunion d'information sur la course à la base Nautique briefing obligatoire pour les délégués de club et un référent par bateau.
- 1<sup>ère</sup> course :
- 11h10           J12 & J14 toutes embarcations(2KM)
- 2<sup>ème</sup> course :
- 11h50           SH ; M40H : 4x+
- 11h55           SH ; M40H : 2x et 1x
- 3<sup>ème</sup> course :
- 13h00           SF ; M40F : 4x+
- 13h05           SF ; M40F : 2x et 1x
- 4<sup>ème</sup> course :
- 14h10           J16&J18 : H4x+ ; F4x+ ; M4x+ ; H2x ; F2x ; M2x
- 5<sup>ème</sup> course :
- 15H20           SM4x+
- 15H25           SM2x ; M40M2x ; SM2xPR3
- 17h00           proclamation des résultats et pot de l'amitié**

# PARCOURS :

Zone d'échauffement – ligne de départ



Parcours 6 Kms (seniors, masters, J16 et J 18)



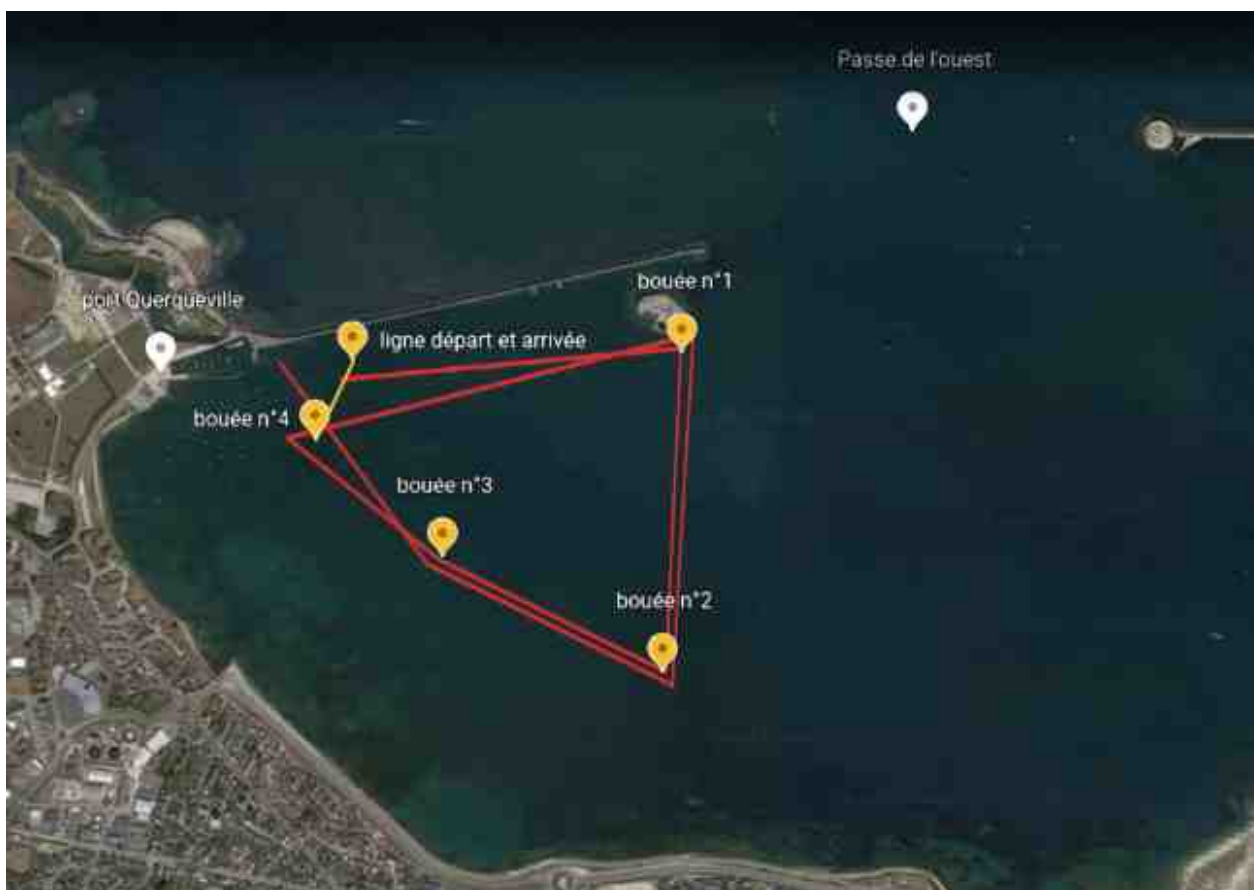
**Parcours 6 Kms (seniors, masters, J16 et J 18) Zoom grande rade**



### Parcours de repli en petite rade

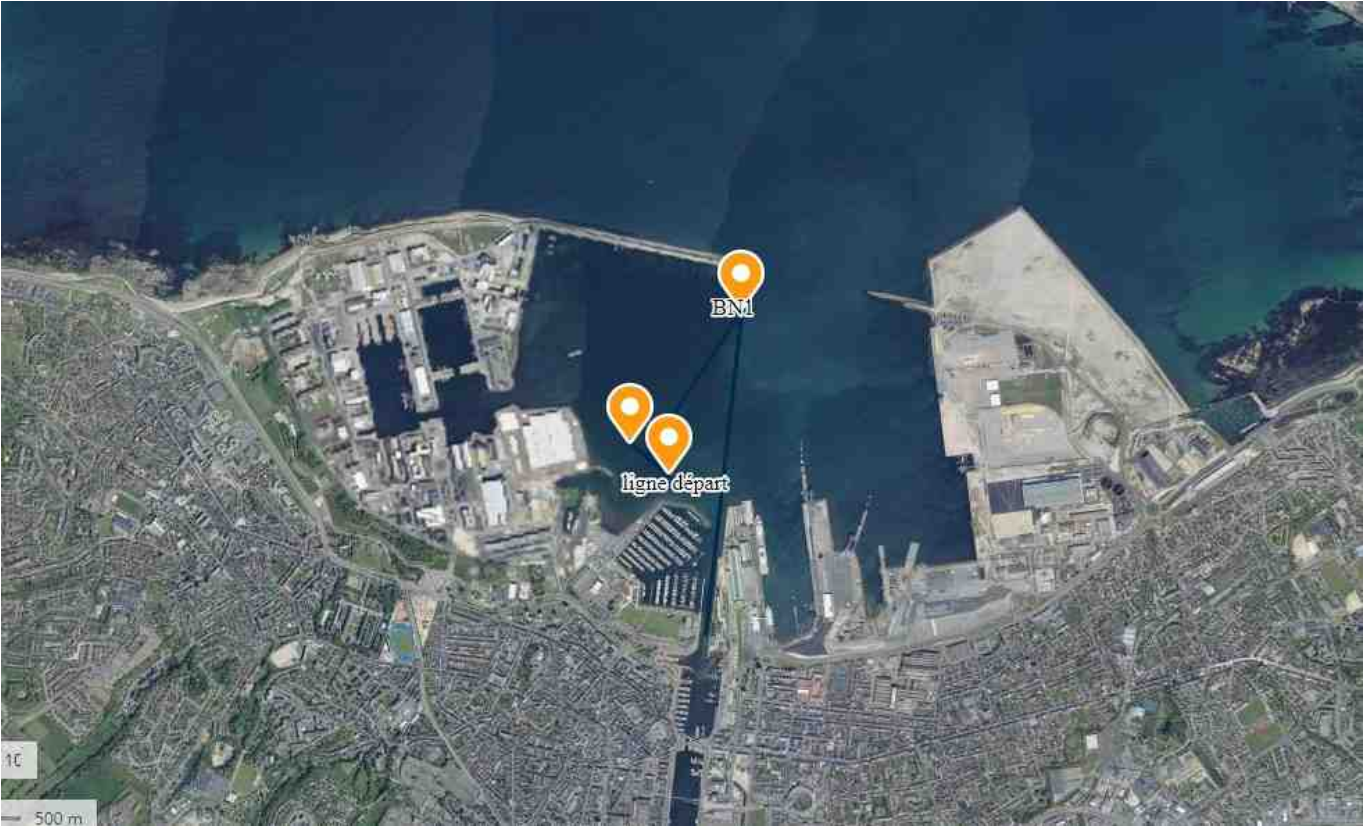


### Parcours de repli coté Saline





Parcours 2 km J12



# DIMANCHE 08 OCTOBRE 2023

## REGATE LONGUE DISTANCE

### RÈGLEMENT DE LA RÉGATE LONGUE DISTANCE

#### ***Inscriptions***

Les engagements des rameurs se feront soit :

- par internet sur le site fédéral de la FFA
- par mail,
- sur place au plus tard le samedi 07 octobre 2023 (en fonction des places disponibles).

Ouverture des inscriptions le 09 septembre 2023.

Clôture des inscriptions le 30 septembre 2023 ( sur le site de la FFA)

#### ***Tarifs***

- Juniors : 3 €
- Séniors, Masters : 5 €
- Gratuit pour les barreurs.

#### **Matériel de sécurité obligatoire par bateau :**

- Un gilet de sauvetage par personne (rameur et barreur),
- Un bout de remorquage de 15 mètres minimum,
- Trois feux à portée de main,
- Port du gilet de sauvetage pour le barreur

Tous les bateaux devront respecter ce règlement et un contrôle du matériel de sécurité sera réalisé avant la mise à l'eau. Les instructions de course et procédures de départ seront données lors des briefings.

#### ***Catégories***

- Doubles, Quatre barrés
- J18, seniors, masters
- Femmes, Hommes ou mixtes

# PROGRAMME :

**Dimanche 08 octobre 2023**

Régate longue distance .

08 h 00 : Confirmation des inscriptions

08 h 15 : Réunion d'information briefing sécurité

08 h 45 : Mise à l'eau

Contrôle obligatoire du matériel de sécurité à la cale.

**Le chef de bord de chaque bateau devra émarger à l'embarquement et au débarquement.**

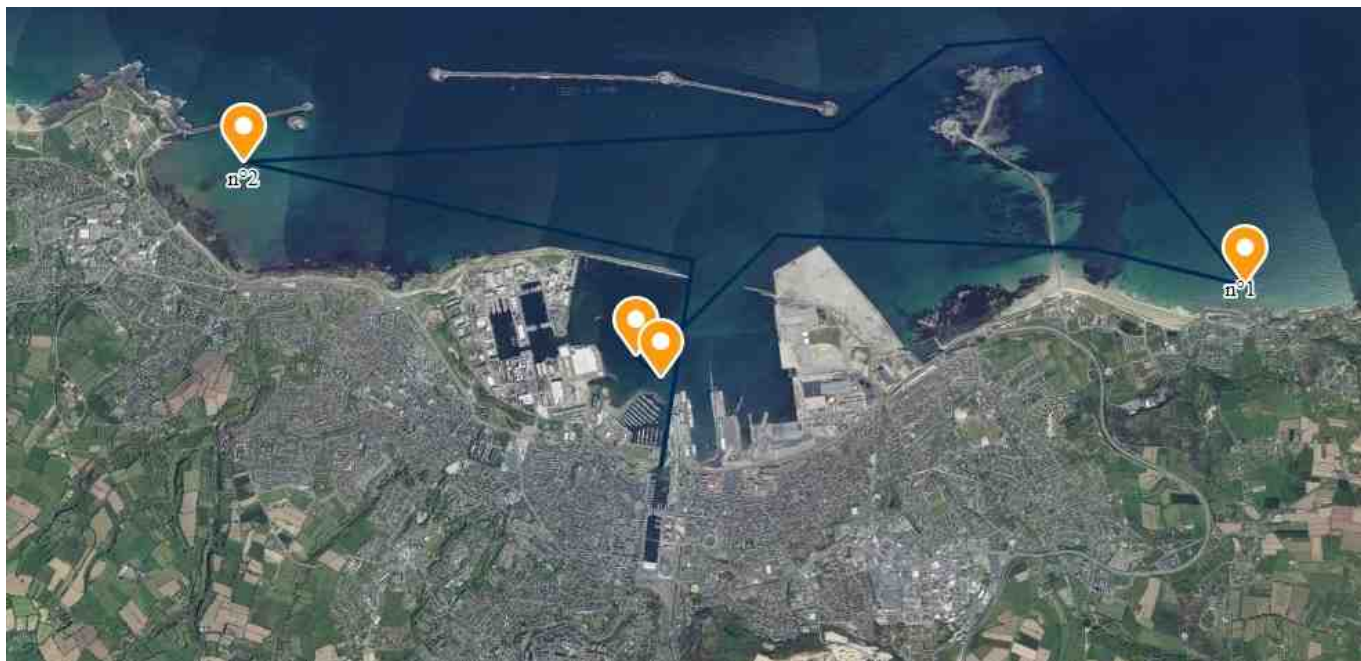
**09 h 00 : Départ**

12 h 30 : Pot de l'amitié à la Base

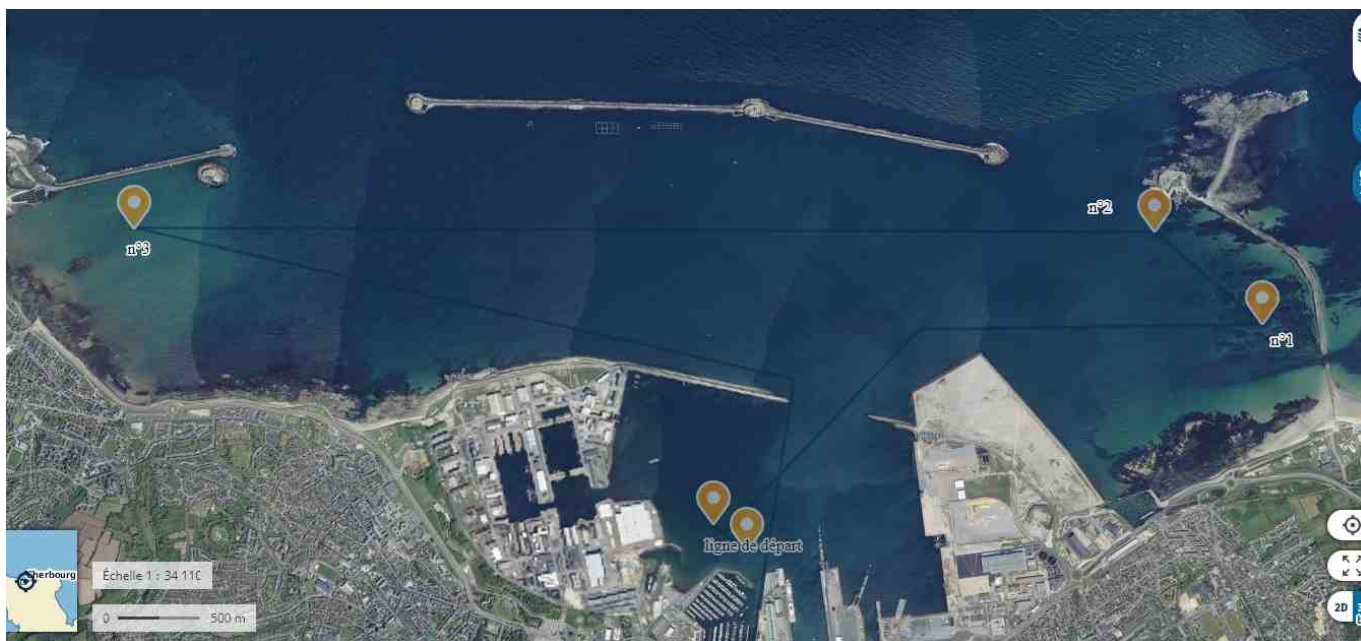
## PARCOURS

L'organisateur se réserve le droit de modifier les parcours et/ou les catégories de yoles acceptées jusqu'au briefing et à tout moment du déroulement des courses dans un souci de sécurité. Ceci pour des raisons de météo ou de trafic portuaire notamment.

**23kms**



**Parcours de repli (18 kms) :**



# HEBERGEMENTS ET RENSEIGNEMENTS

Possibilité d'hébergement à l'auberge de jeunesse de Cherbourg (5 min à pied du site).

*L'Auberge de jeunesse - rue de l'Abbaye*  
50100 Cherbourg  
Tel. 02 33 78 15 15

Par ailleurs la ville offre toutes possibilités d'hébergements : hôtels, gîtes, camping, etc...

Renseignements : Maison du Tourisme de Cherbourg et du Haut-Cotentin  
Quai Alexandre III - 50100 - CHERBOURG-OCTEVILLE  
Tél.: 02.33.93.52.02 - Fax : 02.33.53.66.97 –  
[tourisme@ot-cherbourg-cotentin.fr](mailto:tourisme@ot-cherbourg-cotentin.fr)  
<http://www.otcherbourgcotentin.fr>

## Renseignements sur la course:

Patrick PAQUEREAU  
Tél. du club 02.33.94.99.00  
Email : [contact@cherbourg-aviron.fr](mailto:contact@cherbourg-aviron.fr)  
<http://cherbourg-aviron.fr/>  
Facebook : CherbourgClubAvironDeMer

## PLAN DE LA ZONE

