



SWISS ROWING INDOORS

27./28. janvier 2012, centre du sport Science City, ETH Hönggerberg, Zurich

27.01. 18:00 - 20:00 ASVZ Rowing Night
World largest Rowing Class ever!

28.01. Championnat Suisse Indoor-Rowing
10:30 - 13:00 Courses C, B et courses annexe
13:45 - 15:30 Finals championnat



centre du sport Science City

www.rowingindoors.ch



FORBRAINBODYANDSOUL





Swiss Rowing Indoors 2012

Les 27 et 28 janvier 2012 au Sport Center Science City, ETH Zurich Hönggerberg, Suisse

Le mot du président

Cher amateur d'aviron et de fitness,

Tout change en 2012 ? Non, seulement le lieu de la manifestation. Les compétitions loyales qui vous tiennent en haleine, les prix attractifs pour les sportifs et la restauration de qualité sont toujours là. La nouvelle arène de compétitions, sur le fantastique campus « Science City » de l'ETH Zurich (Hönggerberg), n'a rien à voir avec la Polyterrasse. Les spectateurs pourront désormais suivre les compétitions depuis une tribune spéciale et les trois halles sont réservées aux athlètes. L'une d'elles sert à l'échauffement, les deux autres aux compétitions. L'installation des ergomètres reste inchangée, 2 rangées de 20 ergomètres, pour les coureurs comme pour la préparation juste avant la course.

Très bien desservi, le nouveau site dispose d'un très grand parking de plusieurs centaines de places. Un arrêt de bus sur le campus permet de prendre la ligne qui relie l'ETH aux gares d'Oerlikon et d'Altstetten et donc à celle de Zurich. Il est donc très facile de se rendre à l'ETH par les transports publics.

L'équipe du comité d'organisation, bien rodée, est confrontée à quelques défis dans ce nouveau lieu : elle doit adapter l'organisation et la logistique et redéfinir le déroulement des entraînements. Nous sommes enchantés de relever ces défis et d'incarner pour la dixième fois déjà un cadre digne des championnats suisses d'aviron en salle et d'organiser pour la onzième fois les Indoors à Zurich.

Après 11 ans sans augmentation, nous voilà pour la première fois, en 2012, dans l'obligation d'augmenter un peu notre tarif : il passera de CHF 30.- à 35.-. Cela nous permettra d'équilibrer les finances pour une qualité de prestations au moins égale à celle de l'an dernier.

C'est maintenant une tradition : nous attribuons des primes aux records suisses. En 2011, Augustin Maillefer, de Lausanne Sports, section aviron a établi un nouveau record junior, 6:03,0, qui a fait du bruit également à l'étranger. Il a reçu une prime de CHF 250.- pour cette performance. Pour le championnat Elite, la prime est de CHF 500.-. Les records officiels sont publiés sur notre site Internet. Inspirez-vous-en !

L'ASVZ Rowing Night, qui a lieu depuis des années la veille des championnats suisses d'aviron en salle jouit d'une énorme popularité. Cette année, l'ASVZ tentera à nouveau de battre le record mondial de la plus grande Rowingclass : en 2004, les participants ont ramé pendant une heure sur 120 ergomètres. Nous voulons faire mieux en 2012.

Les Swiss Rowing Indoors seront donc en 2012 un événement à ne pas manquer. Je me réjouis de votre participation et souhaite qu'il y ait encore de nombreux entraînements spéciaux d'ici-là !

Salutations sportives

Ruedi Ulli

Président du comité d'organisation des Swiss Rowing Indoors



Inscriptions pour les Swiss Rowing Indoors 2012

28 janvier 2012 – Sport Center Science City, ETH Hönggerberg, Zurich, Suisse

1. Adresse d'inscription

Les inscriptions seulement en ligne sur <http://www.rowingindoors.ch>

Contact pour questions: Swiss Rowing Indoors, c/o Ruedi Ulli, Chüngstrasse 26, 8424 Embrach,
Mobile: +41 79 861 87 16, E-Mail: info@rowingindoors.ch

2. Clôture des inscriptions

Le mardi 17 janvier 2012 à 12h00.

À ce moment, les inscriptions devront être en possession de l'organisateur et le système d'inscription via Internet sera désactivé.

Les inscriptions doivent mentionner le nom et l'adresse du président responsable du club ainsi que le nom, l'année de naissance et la catégorie des participants.

Les demandes de licence devront être parvenues à la FSSA au moment de la clôture des inscriptions (voir le règlement pour plus d'informations). ATTENTION : les bureaux de la FSSA sont fermés entre Noël et Nouvel An. Par conséquent, nous recommandons vivement d'envoyer les demandes de licence à la FSSA avant Noël.

3. Frais d'inscription

Les frais d'inscription s'élèvent à CHF 35.- par participant.

Les frais d'inscription doivent être versés en mentionnant le nom du club avant la clôture des inscriptions. Le jour de la compétition, le président du club doit pouvoir **présenter le récépissé de paiement** sur demande.

Les clubs étrangers paie CHF 20.- par participant.

Informations pour le paiement :

ZKB Zurich, n° clearing 700, CCP 80-151-4, à créditer au compte n° 1115-0255.548, au nom de CO Swiss Rowing Indoors, Urs Bosshard, Chileweg 3, 8914 Aeugst a.A.

Pour les paiements internationaux, utilisez l'IBAN CH930070111500255548.

N'oubliez pas de mentionner le nom du club pour que le paiement soit correctement attribué.

4. Liste des inscrits

La liste officielle des inscrits sera publiée au plus tôt le vendredi 20 janvier 2012 sur Internet à l'adresse <http://www.rowingindoors.ch>.

5. Bureau des courses

Le bureau des courses sera ouvert après la publication de la liste des inscrits. Il sera domicilié à l'adresse indiquée au point 1 jusqu'au 27 janvier 2012 à 12h00. Il sera ouvert sur le lieu de la compétition le samedi 28 janvier 2012 à partir de 07h30. Tout changement ou toute modification de l'inscription doivent être effectués par le président du club.

6. Inscriptions tardives

Les inscriptions tardives seront acceptées après expiration du délai d'inscription jusqu'à 90 minutes avant le début de la première course s'il reste encore des places dans les séries correspondantes. Les inscriptions tardives feront l'objet d'un supplément de CHF 10.- par participant.



7. Annulations

Les annulations doivent être enregistrées auprès de la direction des courses au plus tard 90 minutes avant le début de la première course. **Les frais d'inscription ne seront pas remboursés.**

8. Change des Inscriptions

Change des Inscriptions (change de catégorie) doivent être enregistrées auprès de la direction des courses au plus tard 90 minutes avant le début de la première course. Les inscriptions changées feront l'objet d'un supplément de CHF 10.- par participant.

9. Séries

Le nombre maximal de participants par série est de 40. La course A est réservée aux 40 participants les plus forts par catégorie, les autres concourent dans la course B. Les séries commencent les unes après les autres à 10-15 minutes d'intervalle.

Le tableau suivant donne un aperçu des horaires de départ approximatifs (modifications possibles selon les inscriptions).

| Horaire approx. | Course | Distance | Catégorie |
|-----------------|--------|----------|----------------------------------|
| 10:30 | C | 1500 | Hommes U17 |
| 10:45 | C | 2000 | Hommes U19 (championnat) |
| 11:00 | B | 1000 | Hommes U15 |
| 11:15 | B | 1500 | Hommes U17 |
| 11:30 | B | 2000 | Hommes U19 (championnat) |
| 11:45 | B | 2000 | Hommes open (championnat) |
| 12:00 | A | 1000 | Femmes U15 |
| 12:15 | A | 1000 | Junioren U15 |
| 12:30 | A | 1500 | Femmes U17 |
| 12:45 | A | 1500 | Junioren U17 |
| 13:00 | A | 2000 | Hommes / Femmes Masters |
| 13:45 | A | 2000 | Femmes U19 (championnat) |
| 14:00 | A | 2000 | Hommes U19 (championnat) |
| 14:15 | A | 2000 | Femmes poids léger (championnat) |
| 14:30 | A | 2000 | Femmes open (championnat) |
| 14:45 | A | 2000 | Hommes poids léger (championnat) |
| 15:00 | A | 2000 | Hommes open (Meisterschaft) |

10. Récompenses et prix

3 prix seront remis par catégorie.



11. Primes pour les nouveaux records de Suisse

Dans les courses de championnat, ceux qui parviendront à battre le record de Suisse bénéficieront d'une prime en liquide de CHF 500.- pour les seniors et de CHF 250.- pour les juniors.

12. Podium

| Horaire approx. | Catégorie |
|-----------------|--|
| 12:25 | Podium Femmes U15 |
| 12:40 | Podium Hommes U15 |
| 12:55 | Podium Femmes U17 |
| 13:10 | Podium Hommes U17 |
| 13:15 | Podium Masters |
| 14:10 | Podium Femmes U19 (championnat) |
| 14:25 | Podium Hommes U19 championnat) |
| 14:40 | Podium Femmes Leichtgewichte (championnat) |
| 14:55 | Podium Hommes Leichtgewichte (championnat) |
| 15:10 | Podium Femmes open (championnat) |
| 15:20 | Podium Hommes open (championnat) |

13. Classements

Les classements seront mis en ligne au plus tôt le soir après la compétition sur le site de l'organisateur <http://www.rowingindoors.ch>, ainsi que sur le site de la FSSA <http://www.swissrowing.ch>.



Règlement des Swiss Rowing Indoors 2012

1. Participants

La compétition est ouverte à toute personne intéressée, sans limitations de genre, de nationalité ou d'appartenance à un club/une association.

Le titre de champion de Suisse ne sera toutefois décerné qu'aux membres d'un club d'aviron suisse enregistré auprès de la FSSA depuis au moins 1 mois.

2. Catégories (hommes et femmes) et distances

| | | | |
|--------------------------|-----------------------------------|--------|---|
| Open | Années de naissance 1983 à 1993 | 2000 m | |
| Poids léger (75/61,5 kg) | Années de naissance 1983 à 1993 | 2000 m | |
| Juniors U19 | Années de naissance 1994 à 1995 | 2000 m | |
| Juniors U17 | Années de naissance 1996 à 1997 | 1500 m | * |
| Juniors U15 | Années de naissance 1998 et plus | 1000 m | * |
| Masters 30 | Années de naissance 1982 à 1973 | 2000 m | * |
| Masters 40 | Années de naissance 1972 à 1963 | 2000 m | * |
| Masters 50+ | Années de naissance 1962 et moins | 2000 m | * |

* Critérium National sans prétention au titre de « Champion de Suisse d'aviron en salle »

Les participants sont libres de concourir dans une catégorie d'âge supérieure (par ex. un participant âgé de 16 ans peut concourir dans la catégorie 17/18 ans).

3. Catégories de championnat et titres

Le membre d'un club d'aviron suisse le mieux classé dans les courses des catégories Open et Poids léger se verra remettre le titre de « Champion de Suisse d'aviron en salle ». Le membre d'un club d'aviron suisse le mieux classé de la catégorie U19 remportera le titre de « Champion junior de Suisse d'aviron en salle ».

4. Poids léger

| | | | |
|--------|---------------------|---------|----------------------------------|
| Hommes | max. 75,0 kg | Pesée : | au plus tôt 2 heures et au plus |
| Femmes | max. 61,5 kg | | tard 1 heure avant chaque course |

Tout participant qui n'aura pas été à la pesée dans le temps imparti pourra concourir dans la **catégorie Open** s'il reste des places libres. Dans le cas contraire, il ne pourra pas prendre le départ.

5. Catégories Masters

Les catégories Masters 30, Masters 40 et Masters 50+ ne seront évaluées séparément que si au moins 6 participants par catégorie terminent la compétition. Si les participants ne sont pas en nombre suffisant, l'évaluation se fera avec la catégorie d'âge inférieure directe, voire avec la catégorie Open le cas échéant.

6. Responsabilité

La participation aux Swiss Rowing Indoors est sous la responsabilité des participants. L'organisateur décline toute responsabilité en cas d'accident, de dommages à des personnes ou des effets personnels, qui surviendraient avant, pendant ou après la manifestation.



Chaque participant est responsable de sa propre santé. Un service sanitaire est sur place.

7. Composition des séries

Il n'y a pas de courses de qualification. Les participants sont répartis par la FSSA dans les courses A et B (C, D, etc. si besoin). Cette répartition se fonde d'une part sur les résultats de l'année passée et d'autre part, dans le cas d'une première participation, sur le meilleur temps communiqué par l'athlète ou les temps des tests ergométriques de la FSSA. La répartition est obligatoire et ne peut pas être contestée par le participant. La course dans laquelle le temps est mesuré ne joue aucun rôle dans le classement général, celui-ci prend en compte toutes les courses. Théoriquement le gagnant d'une course B peut donc être le vainqueur au classement général.

8. Échauffement/récupération

Des ergomètres sont à disposition pour l'échauffement et la récupération. Les participants des séries doivent se tenir prêts à temps dans la zone des ergomètres. Les ergomètres pour l'échauffement seront attribués aux athlètes en fonction de leur numéro de départ.

9. Tenues de club

Tous les participants doivent concourir dans la tenue officielle de leur club. Cette disposition s'applique uniquement aux membres des clubs d'aviron suisses affiliés à la Fédération suisse des sociétés d'aviron (FSSA). Le non-respect de cette règle peut entraîner l'exclusion ou la disqualification de la course.

10. Primes pour les nouveaux records de Suisse

Les participants qui battent le record de Suisse dans une catégorie de championnat officielle recevront de l'organisateur une prime en liquide. Le détenteur du record de Suisse doit être membre d'un club d'aviron suisse enregistré auprès de la FSSA depuis au moins 1 mois. En principe, les hommes et femmes des catégories suivantes peuvent prétendre à une prime :

| | | |
|--------------------------|---------------------------------|--------|
| Open | Années de naissance 1983 à 1993 | 2000 m |
| Poids léger (75/61,5 kg) | Années de naissance 1983 à 1993 | 2000 m |
| Juniors U19 | Années de naissance 1994 à 1995 | 2000 m |

Le montant de la prime s'élève à CHF 500.- pour les seniors et à CHF 250.- pour les juniors. Les records publiés sur www.rowingindoors.ch font foi.

11. Obligation de licence

Les Swiss Rowing Indoors (uniquement le samedi) sont soumis à une obligation générale de licence pour tous les participants qui appartiennent à un club affilié à la Fédération suisse des sociétés d'aviron (FSSA). **Les licences de la saison 2011 ne sont pas valables pour les Swiss Rowing Indoors 2012.** Les personnes qui n'ont pas de licence pour l'année 2012 doivent en faire la demande directement auprès de la FSSA **avant la clôture des inscriptions, c'est-à-dire au plus tard le 17.01.2012 à 12h00.** Le jour de la compétition, la possibilité de demander une licence est réservée aux cas d'urgence. Pour des raisons temporelles et administratives, nous le déconseillons vivement, puisque nous ne pouvons **pas garantir, dans ces conditions, que les athlètes prendront le départ!**



ATTENTION: les bureaux de la FSSA sont fermés entre Noël et Nouvel An. Par conséquent, nous recommandons vivement d'envoyer les demandes de licence à la FSSA avant Noël. La FSSA facture des frais de gestion pour toute demande de licence reçue tardivement.

Demande de licence: <http://www.swissrowing.ch/index.php?q=node/297>

Les sportifs qui ne sont pas membres d'un club affilié à la FSSA (par ex. les clubs étrangers) ainsi que les participants individuels doivent signer une [déclaration de décharge](#) (PDF, 40 ko) pour pouvoir prendre le départ. Il est recommandé de remplir cette déclaration chez soi et de l'envoyer par courrier à l'adresse suivante :

Swiss Rowing Indoors
c/o Ruedi Ulli
Chüngstrasse 26
8424 Embrach

E-Mail: info@rowingindoors.ch

12. Disqualification

Cracher par terre avant, pendant ou après la course est interdit et sera sanctionné par la disqualification de l'athlète par l'organisateur.

L'athlète qui lâchera violemment le palonnier de l'ergomètre avant, pendant ou après la course, sera disqualifié par l'organisateur.



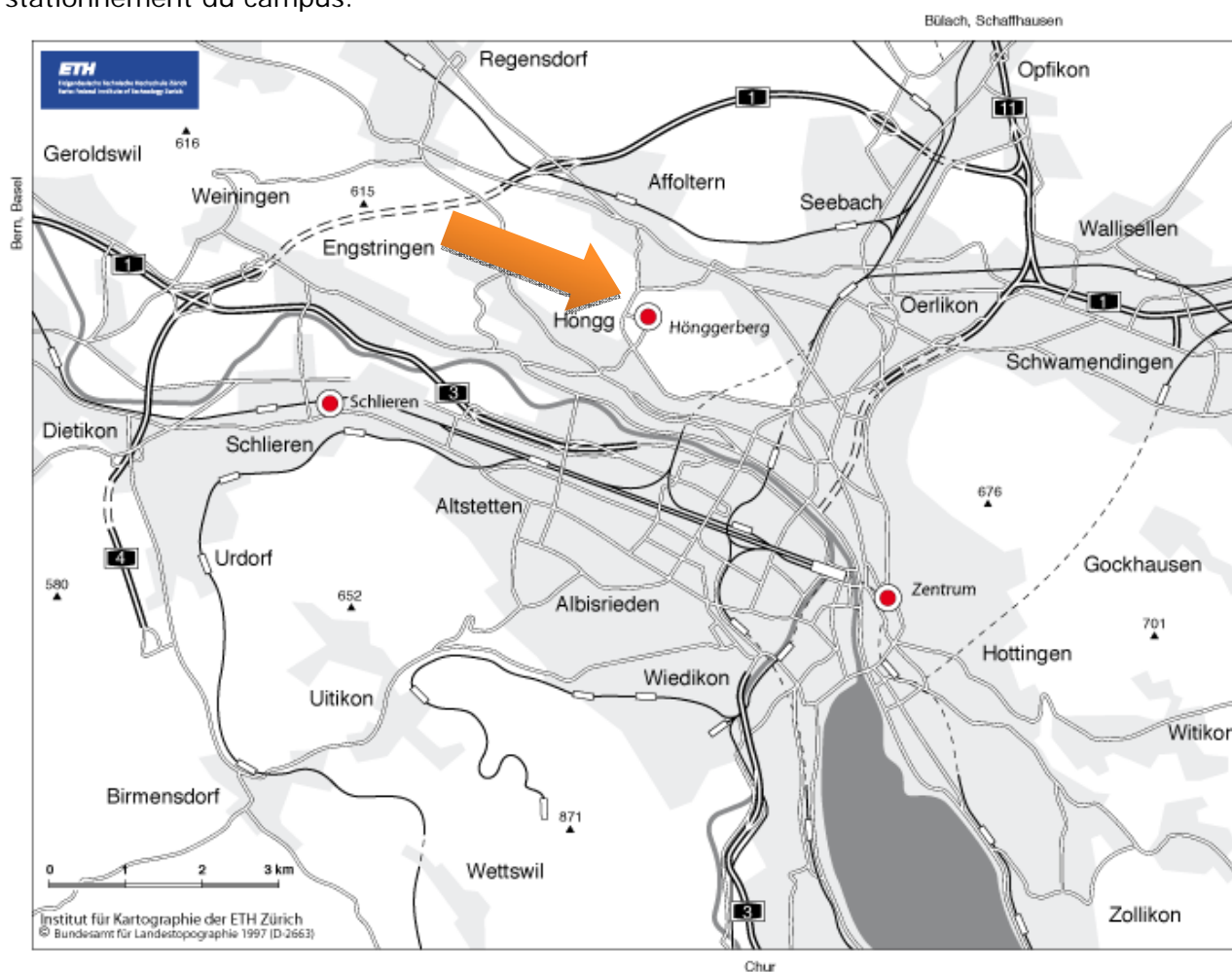
Avec le tram no. 14 (direction Seebach) jusque à "Milchbuck", de là en bus no. 69 (direction ETH Hönggerberg).

Durée du trajet: 25 minutes

Plus d'informations sont disponible en ligne à www.sbb.ch ou www.zvv.ch.

Accès en voiture

Voyager en voiture est très facile, Il a suffisamment de places de parking dans le garage de stationnement du campus.





Décharge de responsabilité

Pour les Swiss Rowing Indoors le 28.01.2012 à Zurich

À l'intention des clubs ou des participants individuels qui n'appartiennent pas à la Fédération suisse des sociétés d'aviron.

| | |
|-----------|--|
| Club | |
| Nom | |
| Prénom | |
| Adresse | |
| Téléphone | |

Le soussigné confirme qu'il assume l'entière responsabilité de l'état de santé et d'entraînement – suffisant – des membres du club/de la personne à inscrire. Aucune responsabilité, de quelque nature qu'elle soit, pour des dommages corporels ou matériels ne peut être imputée à l'organisateur ou à la Fédération suisse des sociétés d'aviron.

Lieu, date

Signature

.....

.....

La signature du représentant légal est obligatoire pour les participants individuels de moins de 18 ans.