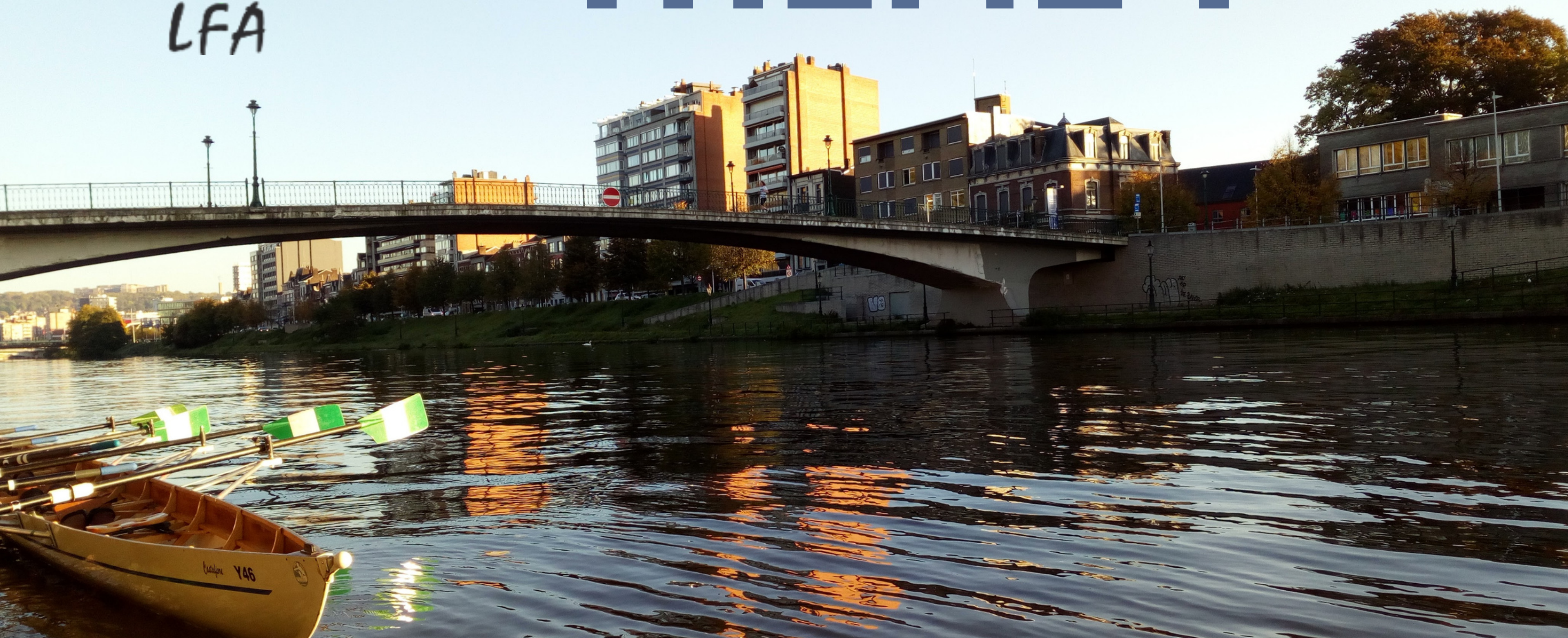




# THÈME 1







# Comment attirer et fidéliser des jeunes à l'aviron (10-12 ans, 12-14 ans, 14-16 ans)

01

Approche des écoles

02

Aviron = un jeu

03

Aviron en fonction des  
tranches d'âges des  
jeunes

04

Brevets d'apprentissage

05

Concours ou  
compétitions adaptées

06

Formation ADEPS en lien avec les  
jeunes rameurs et rameuses, formation  
continué des moniteurs et monitrices

# Approches des écoles

exemple pour lancer la discussion :

Aviron'nement

<https://www.cercleavironstrasbourg.eu/pratiques-jeunes/>







# aviron = jeu

exemple pour lancer la discussion :

<https://www.cercleavironstrasbourg.eu/pratiques-jeunes/>

documentation : Infos animateur stage  
adepts/rapport fédé

[hollandaise/jeux](http://hollandaise/jeux) proposés sur [rowing.be](http://rowing.be)



# Aviron en fonction des tranches d'âges des jeunes

Manque moniteurs pour faire groupes séparés





# Brevets d'apprentissage



<https://ffaviron.fr/pratiquer-aviron/programmes-federaux/brevets-de-rameurs/brevet-d-or>





# Concours ou compétitions adaptées

Triathlon -duathlon





# Formation ADEPS en lien avec les jeunes rameurs et rameuses, formation continuée des moniteurs et monitrices

Il manque des idées pour occuper les  
jeunes/jeux/exercices ludiques/proposition plan  
d'entraînement/check-list  
régates/plan sécurité plans d'eaux/



A high-angle photograph of a person in a blue jacket and black shorts rowing a white boat on a dark, rippling body of water. The person is positioned in the lower-left quadrant of the frame. A large, white, semi-transparent arrow originates from the boat and points diagonally upwards and to the right, towards the text. The water's surface is covered in concentric ripples, suggesting movement. The overall color palette is dominated by dark blues and greys, with the white of the boat and arrow providing a strong contrast.

# Rapport

# notes



notes





# Documentation

Exemples VRL

Stage jeunes fédé

<https://www.rowing.be/index.php/fr/nationaal-fr/activites-pour-les-jeunes>

Roeikompas : journées détection jeunes talents : <https://www.vlaamse-roeiliga.be/?oid=10&pid=1899&aid=127170&lg=2>

Plan d'attaque fédé hollandaise

[file:///C:/Users/user/Downloads/pvajunioren\\_boeder%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/user/Downloads/pvajunioren_boeder%20(1).pdf)

Roeihappening

[http://www.ligue-francophone-aviron.com/sites/default/files/2016-11/MSI2016\\_2-4\\_comp\\_seance\\_init.pdf](http://www.ligue-francophone-aviron.com/sites/default/files/2016-11/MSI2016_2-4_comp_seance_init.pdf)

exercices

<http://www.srunl.com/uploads/pdfs/Technique/RowExercises.pdf>

[file:///C:/Users/user/Downloads/ffaviron-exercices-techniques-ligue-lorraine\\_161354070.pdf](file:///C:/Users/user/Downloads/ffaviron-exercices-techniques-ligue-lorraine_161354070.pdf)

Guide aviron :

<http://www.srunl.com/uploads/pdfs/Information/GuidePratiqueAvironUNL.pdf>

<http://www.ligue-francophone-aviron.com/sites/default/files/2016-11/presentationRCAEv161008.pdf>

[http://www.worldrowing.com/mm//Document/General/General/13/57/94/Apprendrea%CC%80RamerWorkBook\\_Neutral.pdf](http://www.worldrowing.com/mm//Document/General/General/13/57/94/Apprendrea%CC%80RamerWorkBook_Neutral.pdf)

Carnet du rameur

[http://www.avironlyon.com/wp-content/uploads/Carnet-du-rameur-CAL-10\\_2018.pdf](http://www.avironlyon.com/wp-content/uploads/Carnet-du-rameur-CAL-10_2018.pdf)