



# 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  
continuée des moniteurs et monitrices



# Approches des écoles

exemple pour lancer la discussion :  
Aviron'nement  
<https://www.cercleavironstrasbourg.eu/pratique-s-jeunes/>



# aviron = jeu

exemple pour lancer la discussion :  
<https://www.cercleavironstrasbourg.eu/pratiques-jeunes/>  
documentation : Infos animateur stage  
adeps/rapport fédé  
hollandaise/jeux proposés sur 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 photograph of a man in a blue jacket and white shorts rowing a single scull on dark, choppy water. He is looking down at his oars. A large, thick white 'X' is drawn across the upper portion of the image, centered on the boat. The water has numerous small ripples and waves.

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

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

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/Apprendre%C80RamerWorkBook\\_Neutral.pdf](http://www.worldrowing.com/mm//Document/General/General/13/57/94/Apprendre%C80RamerWorkBook_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)