



LA LIGUE D'ILE DE FRANCE AVIRON
LE COMITE DEPARTEMENTAL D'AVIRON DU VAL D'OISE
LA SOCIETE NAUTIQUE DE L'OISE



71^{ème} CROSS DES RAMEURS

Dimanche 25 janvier 2009

BASE DE LOISIRS DE CERGY-PONTOISE

Epreuve ouverte aux licenciés A et U à la FFSA en 2009

1. ENGAGEMENTS

Les engagements sont à établir uniquement par Internet :
www.clubaviron.net

Inscriptions du 01 au 15 janvier 2009 à 14h00

Les engagements doivent s'effectuer comme si vous engagiez des skiffs
Exemple : HM 1X DURAND PIERRE

Pour les rameurs de nationalité étrangère licenciés à la FFSA, l'inscription est possible par courriel : lifa.martin78@orange.fr

Chaque inscription d'étranger par Internet sera contrôlée
(Date de validité et certificat médical)

**Aucun retard, rajout ou modification ne sera pris en compte
après la date limite d'inscription sur le serveur FFSA**

Les droits d'engagement s'élèvent à 3€ par concurrent à régler avant le 20 janvier 2009 + un chèque de caution séparé de 160€ en cas de perte de puces électroniques (16€ / puce) à envoyer avec le règlement des inscriptions.

Concernant les vétérans, deux catégories : 36 à 49 ans (né de 1960 à 1973) / 50 ans et plus (né en 1959 et avant). Les vétérans sont à inscrire en senior.

Pour tout renseignement concernant le paiement des droits d'engagement, contacter Vincent MARTIN : lifa.martin78@orange.fr ou 06 11 28 76 74.

Faites nous parvenir vos paiements par chèque, à l'ordre de la LIFA, à l'adresse suivante : *LIFA / Vincent Martin / 17, boulevard de la Marne / 94130 Nogent sur Marne.*

Aucun remboursement en cas de forfait de rameurs

**L'inscription FFSA des concurrents sera validée par l'organisateur qu'après
réception des chèques d'engagement et des cautions**

2. RETRAIT DES PUCES ET DES DOSSARDS

Entre 9H00 et 10H00

Puces et dossards seront délivrés par l'émargement de chaque concurrent, sur présentation de la licence FFSA avec photo, complétée par le médecin ou sur présentation d'une pièce d'identité avec photo accompagnée d'un certificat médical de non contre indication à la pratique de la course à pied de compétition.

3. HORAIRES ET DISTANCES DES COURSES

10h30	Benjamins / Minimes	3000 m
10h45	Cadets / Vétérans	5000 m
11h00	Juniors / Seniors	7000 m

4. CHALLENGE DES CLUBS

La méthode déterminant le classement est détaillée sur le document ci-joint.

Le club vainqueur de ce challenge remportera :

1 COX- BOX CONCEPT 2

Le Deuxième Club remportera :

1 STROKE COACH

Le Troisième Club remportera :

1 Chrono INTERVAL 2000

5. PRIX INDIVIDUELS (NOUVEAU)

Une médaille sera remise aux 10 premiers de chaque catégorie.

Les CINQ premiers des catégories benjamins, minimes, cadets (H et F) et les TROIS premiers des catégories juniors, seniors et vétérans (H et F) seront récompensés par des « bons cadeaux ».

6. INFORMATIONS

En cas de fraude avérée d'un concurrent, le club et ce dernier seront disqualifiés tant pour l'attribution des points du Challenge que pour les récompenses individuelles

Le Président de la L.I.F.A.
Guy JOUANNO

Le Président de la S.N.O
Jean Pierre STALMACH

Le Président du CDA 95
Luc POTIER