

BREVET DE BARREUR AVIRON EAUX INTÉRIEURES



CONDITIONS DE RÉUSSITE :

Valider au moins 13 ateliers du parcours dont obligatoirement les 7 ateliers éliminatoires (en rouge) et obtenir 12 points minimum au questionnaire.



VALIDER LES CAPACITÉS D'UN ÉQUIPIER À ASSURER LES FONCTIONS DE BARREUR, À SAVOIR DIRIGER UN QUATRE OU UN HUIT EN UTILISANT LES MÉTHODES ET COMMANDEMENTS POUR MANOEUVRER ET FAIRE MANOEUVRER L'EMBARCATION.

NOM : / PRÉNOM : / N° LICENCE :

MATÉRIEL ET ENVIRONNEMENT DE PRATIQUE

- RENSEIGNER LE CAHIER DE SORTIE (AVANT ET APRÈS LA NAVIGATION)
- DONNER LES CONSIGNES POUR METTRE À L'EAU ET GÉRER L'EMBARCATION PUIS EMBARQUER
- VÉRIFIER L'INSTALLATION DES SIÈGES, DES AVIRONS ET LE FONCTIONNEMENT DE LA BARRE
- DONNER LES CONSIGNES POUR DÉBARQUER, SORTIR LE MATÉRIEL DE L'EAU ET RANGER LE MATÉRIEL

MAÎTRISE DES MANOEUVRES

- POSITIONNER L'EMBARCATION ENTRE LES DEUX REPÈRES (EX: BOUÉES) SANS DÉRIVER
- RÉALISER UN SLALOM ENTRE 4 BOUÉES SANS LES TOUCHER (NI AVEC LA COQUE, NI AVEC LES AVIRONS)
- FAIRE RÉALISER UN 360° SUR PLACE
- RÉALISER UNE MANOEUVRE PERMETTANT DE RAMASSER UN OBJET FLOTTANT (BALLE OU BOUÉE)
- RÉALISER UNE MANOEUVRE D'APPONTAGE

MAÎTRISE DE L'ÉQUILIBRE

- TENIR UNE DIRECTION IMPOSÉE SUR AU MOINS 300 M EN LIGNE DROITE DANS UN BALISAGE SANS TOUCHER DE BOUÉE (OU 4 PORTES DE DEUX BOUÉES ESPACÉES DE 10 M L'UNE DE L'AUTRE)
- S'ALIGNER SUR UN DÉPART TENU

MAÎTRISE DE LA PROPULSION

- FAIRE RÉALISER UN DÉPART SUIVI DE 20 COUPS À CADENCE DE COURSE
- FAIRE RAMER À UNE CADENCE IMPOSÉE (EX : CADENCE 20) SUR 500 M

TOTAL DES POINTS

PARCOURS/ 13
QCM/ 20
DATE/...../.....
ÉVALUATEUR	