

# Ordres utilisés à l'aviron

SOCIÉTÉ NAUTIQUE  
ETOILE BIENNE



|                             |   |
|-----------------------------|---|
| Généralités                 | 3 |
| Approbation de la directive | 3 |
| Ordres d'aviron utilisés    | 4 |
| Ordres d'aviron utilisés    | 5 |



## 1. Généralités

L'aviron est un sport d'équipe. Pour que l'aviron et la manipulation des bateaux fonctionne sans problèmes, on utilise des ordres d'aviron unifiés. Ceux-ci peuvent légèrement différer d'un club à l'autre. Voici une compilation des ordres d'aviron les plus utilisés à la Société Nautique Etoile Bienne

Des ordres d'aviron sont nécessaires pour que l'équipe exécute à terre et sur l'eau les mêmes mouvements en même temps. On peut ainsi éviter les blessures aux rameurs du même bateau, les dégâts au matériel causé par des mouvements individuels mal coordonnés et les dangers sur le plan d'eau. L'effort nécessaire est notamment réparti régulièrement sur toute l'équipe.

**Principe de base :** le barreur donne les ordres des activités à exécuter dans le bateau. Dans les bateaux sans barreur, le chef de nage donne les ordres, le rameur de proue surveille le parcours et informe celui-ci. Les autres rameurs ne doivent pas s'interférer, sauf en cas de danger imminent.

Les ordres sont en général composés d'une annonce et d'un ordre d'exécution. Celui-ci est donné seulement après que toute l'équipe soit prête après l'annonce. Celui qui donne l'ordre d'exécution doit faire une pause assez longue pour que l'équipe puisse se préparer à ce qu'ils doivent faire ensuite. Surtout, dans des situations critiques, il est primordial qu'un rameur qui n'a pas compris l'ordre le dise tout de suite (« Comment ?! », « Pas compris ! ») ! Il ne doit pas continuer comme si de rien n'était ou même rester tranquille sans rien dire et ne rien faire !

Pendant la rame, les ordres seront normalement donnés lors de l'attaque. Les ordres d'aviron peuvent aussi directement former le préavis. Cela se fait par une indication du nombre de coups à exécuter avant l'exécution (p.ex. « Dans 3 coups, Schweb ! »)

## 2. Approbation de la directive

La présente directive contribue au bon fonctionnement de la société et doit être appliquée par tous ses membres. La présente directive a été approuvée par le comité de la SNEB lors de sa séance du 6 mai 2019.

Pour le comité,  
La présidente



| Lieu           | Annonce                                                         |                                                                                                                                                                                                        | Ordre d'exécution |                                                                                                                                                                    |
|----------------|-----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>À terre</b> | (Equipe) Au bateau!                                             | L'équipe se répartit régulièrement. Tous prennent le bateau au franc-bord                                                                                                                                                                                                                | En haut!          | Tous lèvent le bateau ensemble et en même temps. L'équipe sort le bateau de manière sûre et prudente du hangar / au ponton                                                                                                                            |
|                | Tourner le bateau contre le lac / contre la ville!              | Personne ne bouge. «Lac» resp. «Ville» indiquent la direction dans laquelle le bateau doit être tourné.<br>Les rameurs d'un côté prennent le franc-bord de l'autre côté du bateau, les rameurs de l'autre côté prennent le bateau par dessous et prennent la plinthe pendant la rotation | Maintenant!       | Le bateau est levé assez haut pour que les tolets ne touchent pas le sol et est tourné ensuite dans la direction indiquée                                                                                                                             |
|                | Monter le bateau!<br>Bateau à bout de bras!                     | Le bateau est porté avec les bras tendus                                                                                                                                                                                                                                                 | En haut!          |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|                | Epaule gauche-droite                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Maintenant!       | Bateaux de pointe: Porter le bateau du côté opposé aux portants.<br>Bateaux de couple: Le premier rameur du sens de marche définit sur quelle épaule il portera le bateau, les autres rameurs sortent à gauche ou droite en alternance au côté défini |
|                | Descendre le bateau dans l'eau!<br>Mettre le bateau dans l'eau! |                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Maintenant!       |                                                                                                                                                                                                                                                       |

| Lieu             | Annonce                                         |                               | Ordre d'exécution |                         |
|------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Au ponton</b> | Pied sur la planchette!<br>Tout le monde prêt ? | Le pied côté eau est posé sur la planchette dans le bateau, le pied sur le ponton est prêt à pousser le bateau. | On pousse         | Pousser le bateau avec le pied du ponton et s'asseoir rapidement sur le siège tout en assurant l'équilibre |

| Lieu             | Annonce                    |  | Ordre d'exécution |                                                                                           |
|------------------|----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sur l'eau</b> | Prêt ?                     | Les rameurs s'annoncent quand ils sont prêts, le rameur à la proue commence        |                   | 1 prêt, 2 prêt, etc                                                                                                                                                          |
|                  | Prêt ?                     |                                                                                    | Rame !<br>Ab !    | Commencer à ramer selon les indications données au préalable:<br>Que les bras, 1/4, 1/2, 3/4 de coulisse ou coup de rame entier                                              |
|                  | Ab / Schweb dans 3 coups ! | Annonce pendant l'attaque. Exécution à la fin du coup de rame.                     | Ab / Schweb !     | Après l'ordre, les rameurs s'arrêtent au dégagé et, tiennent le bateau en équilibre sans toucher l'eau                                                                       |
|                  | Stop !                     |                                                                                    | Arrêt d'urgence ! | Tourner les pelles verticalement dans l'eau pour effectuer une freinage d'urgence sur la plus petite distance (p.ex. avant un autre bateau arrêté ou un obstacle inévitable) |

| Lieu             | Annonce                      |  | Ordre d'exécution |                            |
|------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Au ponton</b> | Prêt pour sortir ?<br>Prêt ? |                                                                                      | On sort !         | Le pied côté eau est posé sur la planchette. En sortant, la rame coté eau doit être emportée sur la terre ferme |