

**BEACH
SPRINT
LEMAN**

2026



**GUIDE
TENEUR DE BATEAU**

2026
**Beach
Sprint**
LEMAN



**RUN
ROW
ENJOY**

RÔLE DU TENEUR

LE RÔLE BASIQUE DU TENEUR CONSISTE À TENIR LE BATEAU EN PLACE ET À ASSISTER LE RAMEUR LORSQUE CELUI-CI EMBARQUE DANS LE BATEAU. POUR DES ÉQUIPAGES PLUS RÔDÉS, LE TENEUR DE BATEAU PEUT DONNER DES INDICATIONS AUX RAMEURS SUR LA DIRECTION, LORSQUE CEUX-CI EFFECTUENT LE PARCOURS.

DANS LE CADRE DU BEACH SPRINT LÉMAN, LES TENEURS DE BATEAU FOURNIS PAR L'ORGANISATION OFFRENT UNE PRESTATION MINIMALE. CECI SIGNIFIE QUE LES TENEURS AIDENT L'ATHLÈTE À EMBARQUER SANS ESSAYER DE LUI DONNER UN AVANTAGE. CELA IMPLIQUE NOTAMMENT QUE LES TENEURS NE DONNENT PAS D'INDICATION DE DIRECTION ET NE POUSSENT PAS LE BATEAU APRÈS L'EMBARQUEMENT DU RAMEUR. DANS LE CADRE DE CETTE RÉGATE, LE TRANSPORT DES COQUES POUR LES AMENER ET LES SORTIR DU CHAMP DE COURSE EST ASSURÉ PAR LES TENEURS DE BATEAU.



LA SÉCURITÉ

LA SÉCURITÉ EST NOTRE PRIORITÉ ABSOLUE. CHAQUE TENEUR DOIT ADOPTER UN COMPORTEMENT EXEMPLAIRE EN TOUTES CIRCONSTANCES, AFIN DE GARANTIR NON SEULEMENT SA PROPRE SÉCURITÉ, MAIS AUSSI CELLE DES RAMEURS. IL EST ESSENTIEL QUE CHACUN SOIT ATTENTIF ET RESPECTE LES CONSIGNES DE SÉCURITÉ ÉTABLIES.

TOUTE ACTION DOIT ÊTRE RÉFLÉCHIE ET EXÉCUTÉE AVEC SOIN. LA VIGILANCE ET LE RESPECT MUTUEL SONT LES CLÉS POUR ASSURER LE BON DÉROULEMENT DE L'ÉVÈNEMENT SANS INCIDENTS.



POSITION DU BATEAU ET DES RAMES



LE BATEAU DOIT ÊTRE POSITIONNÉ FACE À LA PREMIÈRE BOUÉE ET À UNE DISTANCE DE LA PLAGE QUI PERMET D'AVOIR UNE PROFONDEUR D'EAU D'ENVIRON 50 CM (HAUTEUR D'EAU SOUS LES GENOUX DU TENEURS).

LES RAMES DOIVENT ÊTRE RABATTUES DE MANIÈRE À ÊTRE PARALLÈLE AU BATEAU (LA PALETTE EN DIRECTION DE LA POINTE DU BATEAU). EN FONCTION DES RÉGLAGES DU BATEAU, IL PEUT ÊTRE NÉCESSAIRE D'APPROCHER LE MANCHON DE LA RAME DE L'EAU AFIN DE RÉUSSIR À METTRE LA RAME PARALLÈLE AU BATEAU.

LE TENEUR DOIT TENIR AVEC UNE MAIN LA RAME ET AVEC L'AUTRE LE BATEAU OU LE PORTANT. CECI PERMET DE MAINTENIR LA RAME DANS LA POSITION SOUHAITÉE ET DE GARDER LE BATEAU STABLE CE QUI FACILITE L'EMBARQUEMENT AU RAMEUR.

EMBARQUEMENT ET POSITION DES TENEURS

LORS DE L'EMBARQUEMENT IL EST STRICTEMENT INTERDIT DE TOUCHER LE RAMEUR SOUS PEINE DE DISQUALIFICATION.

LORSQUE LE RAMEUR S'INSTALLE DANS LE BATEAU, LES TENEURS APPROCHENT LES MANCHONS DES RAMES DES MAINS DU RAMEUR AFIN QUE CELUI-CI LES SAISISSE.

LORSQUE LES TENEURS SONT EN POSITION, ILS SE FONT FACE AVEC LA RAME DEVANT EUX. IL EST IMPÉRATIF QUE LES TENEURS NE SE TROUVENT PAS DERRIÈRE LA RAME LORSQUE L'ATHLÈTE COMMENCE À RAMER.



DÉBARQUEMENT

LORSQUE L'EMBARCATION REVIENT SUR LA PLAGE, LES TENEURS LAISSENT LE BATEAU S'ÉCHOUER SUR LA PLAGE SANS ESSAYER DE LE RETENIR. LE RAMEUR DESCEND DU BATEAU SANS AUCUNE ASSISTANCE DES TENEURS. IL EST STRICTEMENT INTERDIT DE TOUCHER LE RAMEUR LORSQU'IL DÉBARQUE SOUS PEINE DE DISQUALIFICATION. UNE FOIS QUE LE RAMEUR A FRANCHI LA LIGNE D'ARRIVÉE, LES TENEURS PRENNENT LE BATEAU ET L'EMMÈNENT DANS LA ZONE DE STOCKAGE.



ORGANISATION DES GROUPE DE TENEURS

UN LEADER EST DÉSIGNÉ DANS LE GROUPE DES TENEURS. CE LEADER COORDONNE LE GROUPE AFIN DE TRANSPORTER ET DE PLACER LE BATEAU AU MIEUX. AU SEIN DU GROUPE, CHACUN VEILLE SUR LES AUTRES AFIN D'ÉVITER UNE ERREUR ET DE GARANTIR LA SÉCURITÉ DE TOUS.



DÉROULEMENT D'UNE MANCHE DE BEACH SPRINT

- CINQ MINUTES AVANT LE DÉPART, LE GROUPE DE TENEUR ATTEND À CÔTÉ DU BATEAU QU'ILS VONT TRANSPORTER. A CE MOMENT LE RAMEUR PRÉPARE LE BATEAU ET PEUT DONNER DES INSTRUCTIONS AUX TENEURS.
- UNE MINUTE AVANT LE DÉPART L'ARBITRE DONNE UN SIGNAL. A CE MOMENT, LES TENEURS TRANSPORTENT LE BATEAU DE LA ZONE DE STOCKAGE JUSQU'AU CHAMP DE COURSE. ILS PLACENT LE BATEAU FACE À LA PREMIÈRE BOUÉE ET À UNE DISTANCE DU BORD QUI PERMET D'AVOIR UNE PROFONDEUR D'EAU DE 50CM. LES DEUX TENEURS LATÉRAUX POSITIONNENT LES RAMES PARALLÈLE AU BATEAU AFIN DE PERMETTRE AU RAMEUR D'EMBARQUER.
- LORSQUE L'ARBITRE DONNE LE DÉPART, LES TENEURS TIENNENT FERMEMENT LE BATEAU ET LES RAMES. ILS RESTENT À L'AFFUT AFIN DE PERMETTRE L'EMBARQUEMENT OPTIMAL DE L'ATHLÈTE.
- LORSQUE L'EMBARCATION DÉBARQUE SUR LA PLAGE, LES TENEURS NE FOURNISSENT AUCUNE AIDE ET NE TOUCHENT EN AUCUN CAS LE RAMEUR.
- UNE FOIS QUE LA COURSE EST TERMINÉE, LES TENEURS PRENNENT LE BATEAU ET L'EMMÈNENT DANS LA ZONE DE STOCKAGE.

CONSEILS

ETANT TENEUR VOUS VOUS TROUVEZ DANS L'EAU, IL EST DONC INDISPENSABLE DE PRENDRE DES HABITS ADAPTÉS. VOUS SEREZ ÉGALEMENT MOUILLÉ, IL EST DONC JUDICIEUX DE PRENDRE UN LIGNE AVEC SOIT AFIN DE SE SÉCHER ENTRE LES MANCHES. EN FONCTION DE LA MÉTÉO, IL EST POSSIBLE D'ATTRAPER FROID RAPIDEMENT.

IL EST ÉGALEMENT CONSEILLÉ DE PRENDRE DES CHAUSSURES POUR ALLER DANS L'EAU. CECI PERMET D'ÊTRE PLUS À L'AISE MÊME S'IL Y A QUELQUES CAILLOUX.



QUESTIONS ?

info@beachsprintleman.ch



RUN

ROW

ENJOY

OW ENJOY RUN ROW ENJO
NJOY RUN ROW ENJOY RUN
UN ROW **THANK YOU** ROW
OW ENJOY RUN ROW ENJO
NJOY RUN ROW ENJOY RUN
UN ROW ENJOY RUN ROW E