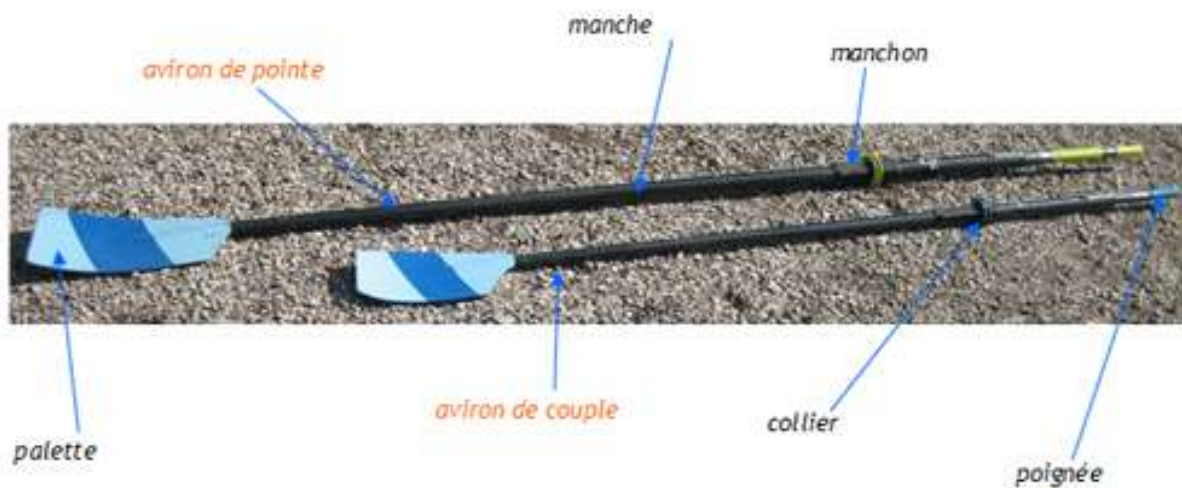


Guide du rameur au CAS

Le matériel

Les avirons

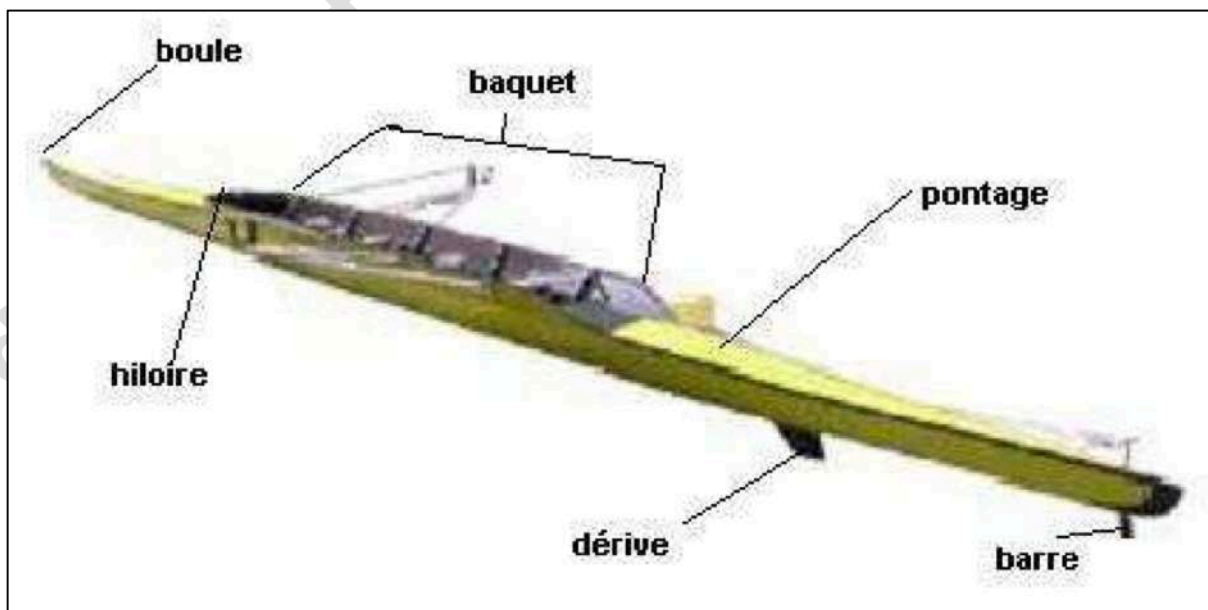
= Les rames = « Les Pelles »

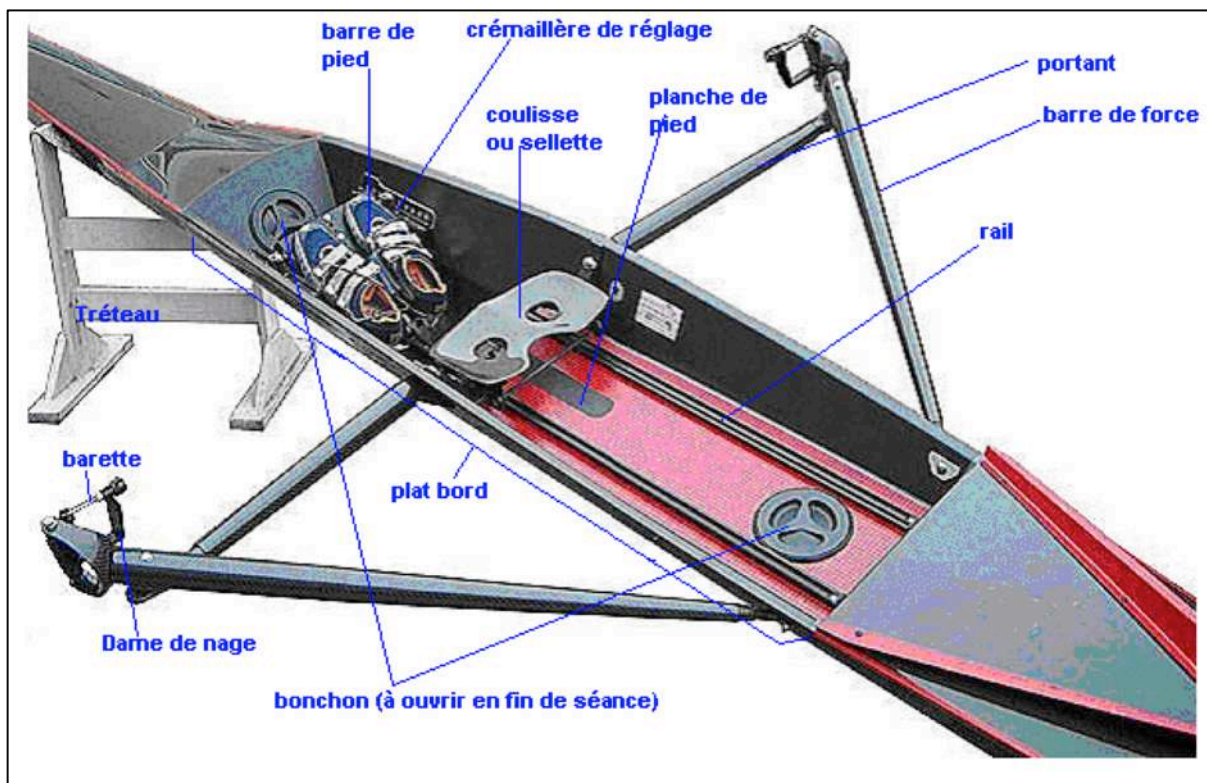


L'aviron de couple est plus court, on utilise une rame dans chaque main.

L'aviron de pointe est plus long, la poignée est plus grosse, on utilise qu'une seule rame avec les deux mains.

Le bateau





Les différents types de bateaux :

- Skiff : 1 rameur en couple
- Double : 2 rameurs en couple
- Deux sans barreur : 2 rameurs en pointe
- Yolette : 4 rameurs en pointe ou en couple + 1 barreur
- Quatre de couple : 4 rameurs en couple avec ou sans barreur
- Quatre de pointe : 4 rameurs en pointe avec ou sans barreur
- Huit de couple : 8 rameurs en couple + 1 barreur
- Huit de pointe : 8 rameurs en pointe + 1 barreur

En fonction de votre niveau et de votre progression le responsable de la séance proposera des bateaux adaptés à votre niveau. Pour accéder à certains types de bateaux vous devrez attester de votre niveau en validant des brevets de rameur (bronze - argent - or). Certains bateaux sont réservés uniquement à la compétition, car ils sont très chers et fragiles. A titre d'exemple :

- une paire d'avirons loisirs = 350€ / une paire d'avirons compétition = 500€
- une yolette (type CAS'tor) = 6500€ / un quatre de couple de compétition (type Ras'CAS) = 17500 €