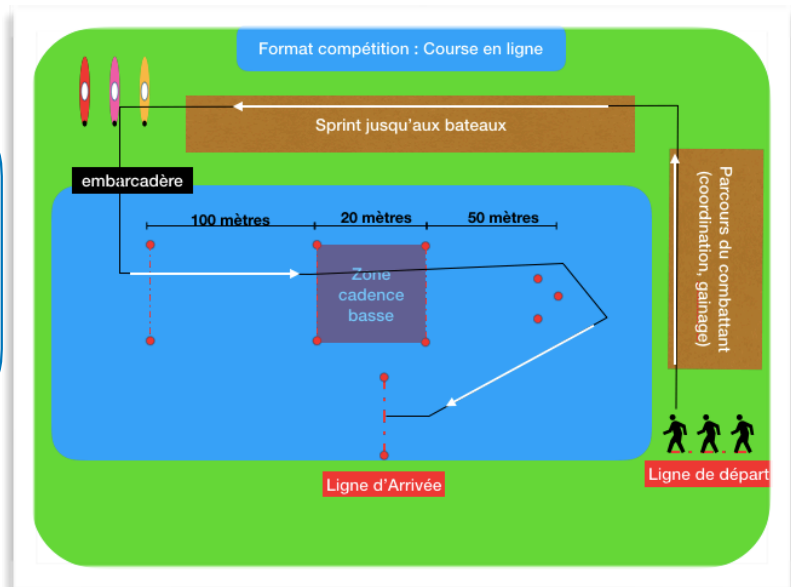


# Proposition Format compétition Jeune « CEL »

## OBJECTIF DU FORMAT

- Plaisir à pratiquer l'activité
- Eduquer les jeunes sur les points clés de la formation en CEL.
- Initier les jeunes à juger et organiser voire observer les autres athlètes.



Principes mis en avant par ce format	
Notion d'athlétisation	Indispensable pour la discipline
Notion de technique gestuelle individuelle	En lien avec la qualité d'appuis dans l'eau, notion de cadence

## Règlement général

- Départ en vague de 3 à 5 suivant le nombre de compétiteurs
  - Première étape parcours du combattant (ramper, courir, sauter, gainage etc.)
  - Sprint libre en bateau
  - Zone de cadence basse (Nb de coups de pagaie = nb de sec de pénalité)
  - Virage puis sprint final.
- Schémas de course mode tournoi (Poule, Finale etc.)

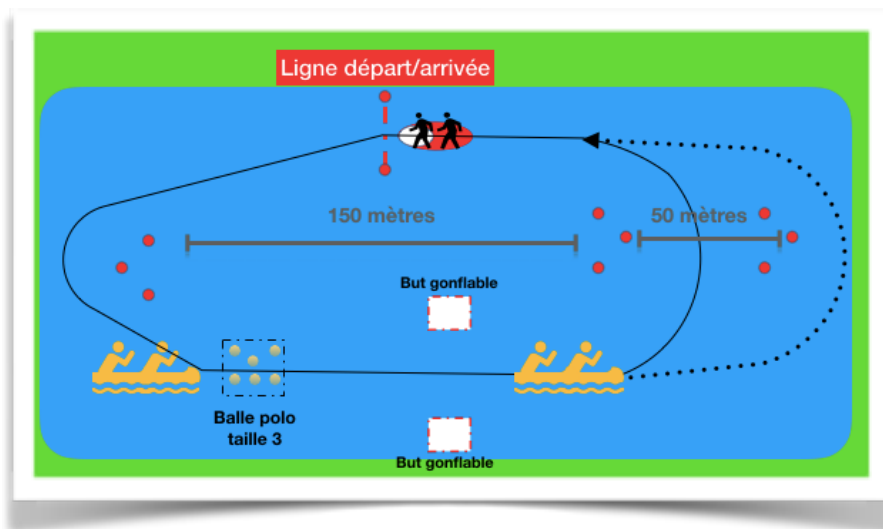
## Règlement spécifique

- Bateau : Kayak et Canoë de compétition -> Notion de performance
  - Position de canoë tchèque et pas les deux genoux au fond du canoë

## Proposition Format Open « biathlon »

### OBJECTIF DU FORMAT

- Plaisir à pratiquer l'activité
- Initier à la pagaie simple
- Plaisir d'être en équipe



### Règlement du format

- Départ en vague de x bateaux
- Schémas de course Série Finale et classement
- Chaque équipage doit faire le parcours (ci-dessus), récupération d'une balle par coéquipier puis équipier de devant tir dans le but de gauche, équipier arrière but de droite.
- Si l'un des coéquipiers ne marque pas, boucle de pénalité

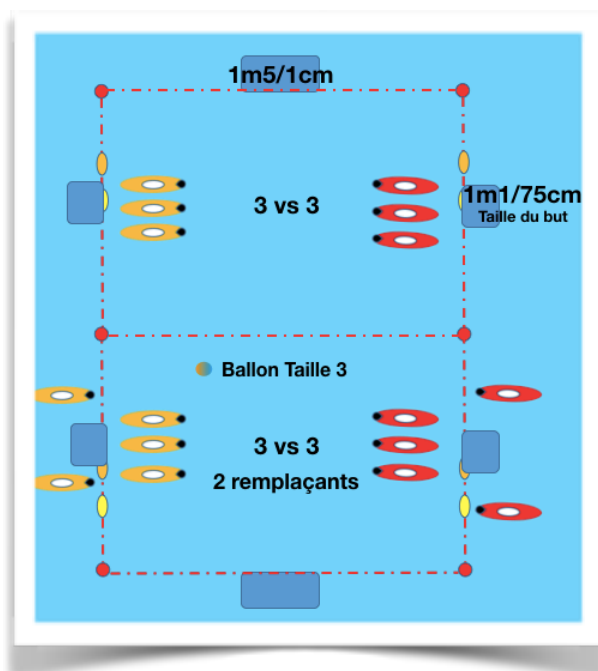
### Règlement spécifique

- Embarcation libre, Sup ou C2 Old Town à la charge de l'organisateur et des bonnes volontés des clubs voisins.

## Proposition Format Kayak Polo

### OBJECTIF DU FORMAT

- Augmenter le temps de pratique, plus de conduites de balle, plus de passes, plus de shoots etc.
- Favoriser les gestes techniques avec le ballon
- Favorise la technique bateau
- **Plus accessible pour construire une équipe**
- Favoriser le jeu offensif



### Règlement adapté à la pratique

- Durée des rencontres : 2 mi-temps de 8' espacés de 2' **sans** temps mort
- Interdiction d'avoir la balle sur la jupe et de la conserver dans les mains plus de 5"
- Siffle les sorties et les corners
- **La poussée n'est pas autorisé** afin de permettre à tout le monde de s'exprimer collectivement.
- La faute sur le gardien : interdiction de pousser de **façon intentionnel (bloc)** le gardien de but.
- 3 joueurs sur le terrain par équipe avec possibilité d'avoir 2 remplaçants.
- Tous les contacts sont autorisés sauf s'il y a un contact bateau ou pagaie sur une partie du corps de l'adversaire.
- Aucun carton ne sera délivré
- L'arbitrage se fera au sifflé avec une explication vocale.
- Suivant le matériel :
  - But wibit : un but est comptabilisé lorsque le ballon rentre entièrement dans le but. Donc si celui-ci tape le poteau intérieur et ressort il n'y a pas de but.

### Besoin de matériel

- Avoir 3 terrains de kayak-polo
- Le comité régional apportera son aide notamment sur les mini-polos (32 bateaux) et gilets (4 jeux), 1 jeu de but gonflable
- Casques ou pagaies (solidarité des clubs orientés polo)

## Proposition d'organisation des épreuves

	Weekend Eau Calme à Brest	
	Samedi	Dimanche
Matin	CEL	Open « biathlon »
Aprém	Polo	Finales CEL
Soir	Finales Polo	