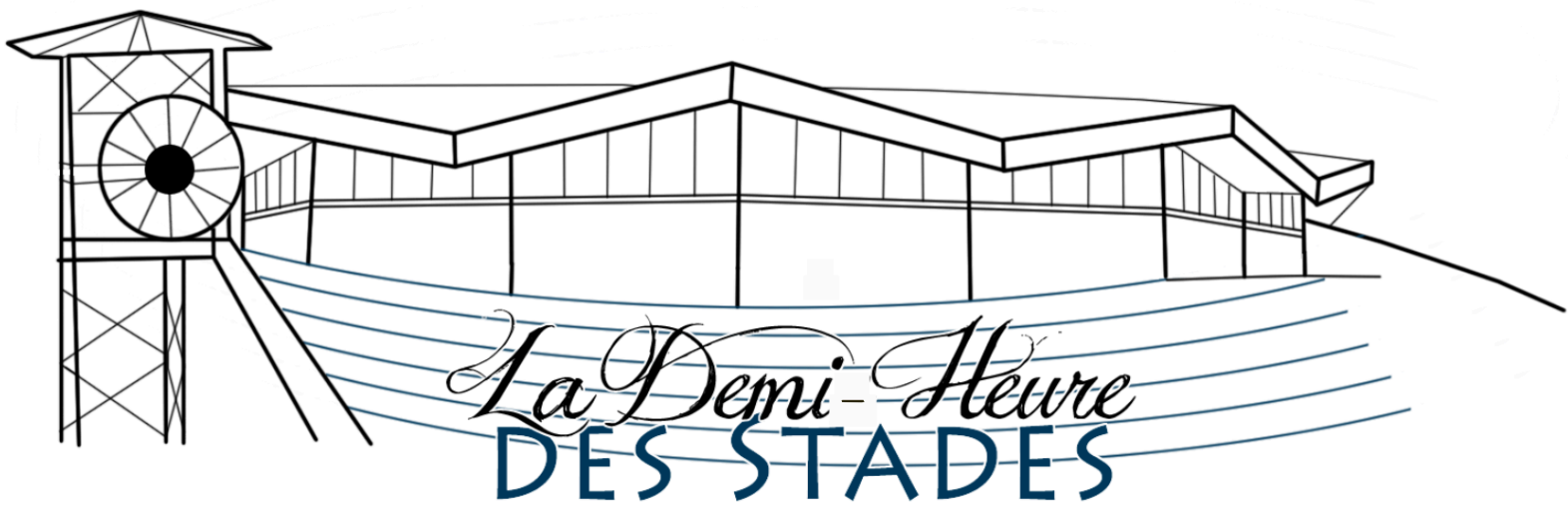




La Demi-Heure des Stades

CONNECTÉ AVEC ERGRACE MOBILE

ORGANISÉ PAR LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL AVIRON DU PAS-DE-CALAIS

Version 2 du 21/09/2026

Règlement Général

Définition de l'événement

La Demi Heure des Stades est une compétition amicale, en ligne, d'aviron indoor, qui revient pour sa quatrième édition en 2027. Elle est organisée par le *Comité Départemental d'aviron du Pas-de-Calais*, organisme déconcentré de la Fédération Française d'Aviron. Un classement sera réalisé à la suite de cet événement, via un système de points, dont les détails sont précisés par la suite de ce règlement.

L'objet de l'événement est de permettre à chacun de réaliser un enchaînement d'épreuves sur ergomètres, et comparer les résultats aux records issus des Meetings Internationaux au Stade Couvert de Liévin :

- Premier parcours sur 400 mètres
- Suivi d'une distance de 800 mètres
- Pour finir sur un 1500 mètres

Le Comité Départemental met tout en œuvre pour que ce défi puisse être comptabilisé parmi les événements du défi Luxure, du Challenge des 7 Défis Capitaux.

Organisation

Les parcours sont programmés sur la semaine du 15 au 19 février 2027. Il y aura jusqu'à huit manches organisées : deux par jour, le lundi, le mercredi et le vendredi de 18h à 18h30 et de 20h à 20h30 ainsi que deux sessions le mercredi et le vendredi de 12h30 à 13h.

Pour chaque manche, ce sera trois épreuves donc trois départs simultanés :

- un synchronisé à l'heure pile pour la distance de 400 mètres,
- un synchronisé, départ à l'heure passée de 10 minutes pour la distance de 800 mètres,
- et enfin un synchronisé à l'heure passée de 20 minutes pour le 1500 mètres.

Le rendez-vous est donné 15 minutes avant l'heure de la première distance.

En parallèle, une visioconférence est organisée afin de permettre de se connecter et de diffuser les informations facilement en temps réel. Il est demandé à l'ensemble des participants d'être connectés sur la visio et sur l'app Ergrace mobile au moins 15 minutes avant l'heure du premier départ.

Des codes visio distincts seront mis en place pour chaque manche. Vous recevrez celui qui vous concerne par mail une fois l'inscription confirmée. Il sera également disponible sur le site dédié : <https://sites.google.com/view/demi-heure-des-stades/accueil>

L'organisation s'appuie sur le logiciel ErgRace Online pour l'organisation de cet événement. L'ensemble des besoins techniques liées à ErgRace Online sont disponibles sur :

<https://docs.google.com/document/d/1zKZN2qIRN4e6-YOYIpfHiwiFSeqRdfUn8OXc7Y4nSN8>

Une synthèse des éléments à retenir est faite en annexe de ce règlement.

ErgRace Online recommande de ne pas dépasser 30 participants sur une course. Le nombre de manches organisées dépendra donc des demandes d'inscriptions reçues avant le 14 février 2027 à 18h00.

Système de classement

Les classements seront distingués par catégories de genre (Homme/Femme) et d'âge (-40 / 40-54 / 55+). Les catégories d'âges peuvent être revues par l'organisateur suite à la dernière inscription dans l'objectif de répartir le nombre de partants dans les différentes catégories de la manière la plus équitable possible.

NB : L'âge retenu pour les classements est celui à date du premier jour de l'événement. Les résultats des catégories U15 ne seront pas comptabilisées pour le Challenge des 7 Défis Capitaux.

Chaque course amènera à l'obtention de points prenant en compte plusieurs critères :

- Les résultats des catégories -40 seront directement comparées aux records connus du Meeting de Liévin selon la formule suivante :

$$\text{Points} = \frac{\text{Record connu}}{\text{Temps réalisé}} \times 100$$

- Les résultats des autres catégories seront comparées à des valeurs équivalentes aux records connus du Meeting de Liévin selon la formule suivante :

$$\text{Points} = \frac{\text{Record adapté}}{\text{Temps réalisé}} \times 100$$

$$\text{Record adapté} = \text{Record connu} \times \frac{\text{Temps équivalent aviron de catégorie}}{\text{Temps équivalent aviron référence}}$$

L'ensemble des valeurs de références sont reprises à partir des informations suivantes :

- Meeting de Liévin pour les Records d'athlétisme
- Site de l'Aviron Indoor à date du 1 février 2027 pour les Records avirons sur distances équivalentes sur lesquels s'appuient les calculs des temps équivalents

La table de correspondance entre le temps et les points est disponible au lien suivant.

Les temps colorés en bleus sont les temps correspondants aux meilleures performances connues sur ergomètres pour des distances proches (500m, 1000m et 2000m). Cette donnée vous permet de mettre en perspective votre objectif personnel.

La valeur obtenue sera arrondie à l'entier supérieur. Le minimum de points obtenus sera de 25 points. Un malus de 10 points sera attribué à la personne responsable d'un faux départ ou causant un retard au départ (connexion tardive, non arrêt de la machine...). Un retard au départ ayant pour origine les retards des courses précédentes ou des problématiques associées à l'organisation n'amèneront aucunes pénalités aux participants.

Grille adaptée PR2 et PR3

Afin de rendre cet événement plus inclusif, et suite à des sollicitations reçues, des scoring spécifiques ont été développés pour les rameurs et rameuses de catégories PR2 et PR3. Les records du Meeting de Liévin n'existant pas pour ces catégories en course à pied, une méthode spécifique a été cherchée et a amené à la mise en place du système de comparaison par rapport à une valeur de record adapté (cf. paragraphe précédent).

Conditions d'accès à l'événement

Plusieurs formules d'inscription sont proposées aux participants :

- *Formule de base* à 6 € pour participer à l'événement
- *Formule souvenir* à 18 € où un souvenir spécifique vous sera transmis

Toute personne inscrite et qui réalise le défi, ou son tuteur légal, doit s'assurer qu'il est physiquement et moralement apte à réaliser cette compétition, qui consiste en un enchaînement de parcours.

Pour s'inscrire, il sera nécessaire d'attester des éléments suivants :

- Être licencié de la FFAviron sur la saison 2027 (licences A ou I)*
- Ou avoir une licence événementielle pour notre événement 2027 au lien suivant : [Prendre une licence Événementielle Compétition - FF Aviron](#)
- Avoir au moins 13 ans à date du 15 février 2027

**Vous n'êtes pas licencié à la Fédération Française d'Aviron ? Le Comité d'organisation est en mesure de vous délivrer une licence événementielle pour vous permettre d'y participer. Vous devez nous en informer directement lors de votre inscription avec le formulaire. Attention ! Cette licence coûtera 8€ par personne et nécessite un certificat médical de non contre indication à la pratique de l'aviron en compétition. Nous vous contacterons pour organiser cela.*

Les inscriptions se font via le formulaire en ligne au lien suivant :

<https://www.helloasso.com/associations/comite-departemental-d-aviron-du-pas-de-calais/evenements/la-demi-heure-des-stades-2027>

Le lien est également disponible sur la page Facebook du Comité Départemental d'Aviron du Pas-de-Calais.

Toute inscription est possible jusqu'au 14 février, 18h00 afin de vous envoyer les plannings de passage le plus tôt possible. La limite de participation est fixée à 240 personnes.

Gains et résultats

Les résultats seront publiés au plus vite sur le site de l'événement :

<https://sites.google.com/view/demi-heure-des-stades/accueil>

Les trois premiers hommes et les trois premières femmes de chaque catégorie seront récompensés. Par ailleurs, un classement spécial toutes catégories, pour hommes ainsi que pour femmes, sera établi. Ces trois premiers recevront une distinction supplémentaire.

Communication et autorisations

Chaque participant et tuteur légal autorise la diffusion de son nom et de son image dans le cadre des communications des programmes, des résultats et de la promotion de l'événement.

Spécifications techniques

Pour se connecter en tant que participant

Avant de vous inscrire, veuillez noter et vous assurer des points suivants :

- vous avez à disposition un rameur de marque Concept2 avec un moniteur PM5
- le [moniteur PM5 est à jour au niveau du firmware](#)
- vous disposez d'une tablette ou smartphone sous Andoid ou iOS
- vous avez téléchargé l'application ErgRace Mobile

iPhone/iPad

<https://tinyurl.com/yxfp8k9n>

Android

<https://tinyurl.com/y2cnud8w>

- vous disposez [d'un compte Logbook Concept2](#)
- et, le jour de l'événement, assurez-vous d'avoir suffisamment de batterie sur votre moniteur PM5 (> 50%) et sur votre smartphone ou tablette (> 90 %)

Lorsque votre inscription sera confirmée par l'organisation, vous recevrez un code de connexion qui vous sera utile le jour de l'événement.

Restez informés

L'organisation communiquera le listing des inscriptions, les programmes, les résultats et toutes les informations nécessaires à l'événement via l'événement Facebook [et son site internet dédié à l'événement](#).

L'organisation reste joignable par la page Facebook de l'événement du Comité Départemental, sur le site dédié, par téléphone au 0783254191 ou par mail sur juliette.delruecd@gmail.com.

Analyse des Risques

L'une des difficultés majeure rencontrée sur ErgRace Online concerne les problématiques de connexion internet des participants et de mise à jour du PM5. Il ne s'agit pas seulement de la vitesse, mais également de la latence ou de la fiabilité la connexion. Voici quelques solutions pouvant vous aider :

- ☐ Si vous utilisez une connexion Wifi, essayez une autre connexion Wifi ou un partage de connexion smartphone
- ☐ Si vous utilisez un partage de connexion smartphone, essayez une connexion Wifi
- ☐ Réalisez un [speedtest](#) et regardez la valeur de latence de connexion (également appelé ping). Celle-ci doit être inférieure à 600 ms pour vous permettre une bonne expérience.
- ☐ Si vous utilisez votre partage de connexion smartphone, limitez les applications utilisant Internet (désactivez les synchronisations automatiques si nécessaire)
- ☐ Participez quand vous et les autres personnes sur le réseau que vous utilisez ne regardez pas de vidéos (visioconférence Zoom, Netflix, Twitch, Youtube...)
- ☐ Mettre à jour votre PM5 (IMPÉRATIF)

Un peu de culture

Qu'est que le Meeting International de Liévin ?

Le Meeting Hauts de France (anciennement Meeting du Pas-de-Calais), ou plus communément Meeting International de Liévin est une compétition internationale en salle d'athlétisme se déroulant à l'Arena stade couvert de Liévin, en France.

Le premier Meeting international à Liévin a lieu en 1988, deux ans après la construction du Stade Couvert Régional et un an après l'organisation des Championnats d'Europe d'athlétisme en salle 1987.

Le meeting a lieu tous les ans de 1988 à 2007 puis de 2009 à 2012 et fait partie du World Indoor Meetings, série d'épreuves organisée par Fédération d'Athlétisme Internationale. Grâce à ses excellents résultats, le *Meeting Hauts-de-France Pas-de-Calais Trophée EDF* a rejoint le circuit mondial (World Indoor Tour pour 2020) et réalise le meilleur total jamais réalisé au monde avec 46596 points. Il devient pour la 13ème fois en 28 éditions, 1er meeting mondial !

En 2021, le circuit mondial a introduit dans son calendrier 3 niveaux de compétition : or, argent et bronze comprenant 26 meetings. Le meeting de Liévin faisait partie du circuit OR avec 5 autres meetings et réitérera l'exploit de devenir le meilleur meeting au monde en battant à nouveau le record mondial de points avec un total de 47 861 points.

L'année 2022, 2023, 2024, 2025 et 2026 confirme la suprématie du meeting qui rafle systématiquement à nouveau la place de leader mondial.