

# Etats Généraux de la LFA

Thème 2

Comment fidéliser les rameurs et  
rameuses après leur initiation



# Examen des profils des rameurs et rameuses qui nous quittent

- Âge
- Sexe
- Ancienneté
- Profil (débutant - loisir - compétiteur)
- Raison(s)
- ...



# Encadrement spécifique après les initiations

- Moniteurs
- Perfectionnement
- Brevets
- Type d'encadrement
  - Juniors
  - Seniors
  - Masters
- ...



Plan sportif de  
«carrière» de  
rameurs et  
rameuses depuis  
l'initiation  
jusqu'au bon  
niveau

- Questionnaire motivation
- Orientation
  - Santé
  - Découverte
  - Compétition
- Détection des talents
- Entraînement
- Implication des parents
- ...



# Création d'une ligne d'apprentissage

- Embarquement/Débarquement
- Manœuvres
- Couple / Pointe
- Geste technique
- Portage
- Changements de rythme
- Départs
- Gestion d'une course
- ...



# Développement de l'aviron indoor

- Encadrement
- Geste technique
- Motivation
- Plans d'entraînement
- Tests
- Compétitions
- ...



# Activités sportives durant la période hivernale

- Garder l'habitude de faire du sport
  - Santé
  - Maintenir un niveau
- Continuer de venir au club
  - Bateau (si possible)
  - Aviron indoor
  - Musculation
  - Jogging
  - Cross training
  - Club house
  - Sociabilité
  - ...



# Aviron récréatif / loisir

- Entraînement santé
- Aviron découverte
  - Région
  - Châteaux
  - Vins - Gastronomie
  - Infrastructure - Site
- Mise en commun des informations
- Organisation partagée
- Déplacements communs
- ...





# Aviron pour les Masters

- Perfectionnement
- Entraînement
- Equipages clubs multiples
- Matériel approprié
- Compétitions
  - Handicaps
  - Courses en ligne
  - Championnats de Belgique
  - Compétitions internationales
  - World/Euro Rowing Masters
- ...



# Planning des régates

- Compétitions pour 12/14 (triathlon)
- Régates pour débutants
- Handicaps
- Petites courses en ligne
- Compétitions nationales
- Compétitions internationales
- ...



# Encadrement des moniteurs et monitrices, formation continuée

- Moniteur sportif
  - Animateur
  - Initiateur
  - Educateur
- Formation facilitée (club ?)
- Standardisation
  - Méthodes d'initiation
  - Gestes techniques
  - Niveaux d'apprentissage
- ...



# Autres idées ?

- Examen des profils des rameurs et rameuses qui nous quittent
  - Encadrement spécifique après les initiations
  - Plan sportif de « carrière » de rameurs et rameuses depuis l'initiation jusqu'au bon niveau
  - Création d'une ligne d'apprentissage
  - Développement de l'aviron indoor
  - Activités sportives durant la période hivernale
  - Aviron récréatif/loisir
  - Aviron pour les Masters
  - Planning des régates
  - Encadrement des moniteurs et monitrices, formation continuée
- 