



Ramer rime parfois avec chavirer!

Les différentes causes du chavirage

Comment se préparer ?

Comment réagir en cas de chavirage ?





Les principales causes de chavirage

Le niveau de pratique du rameur

La technique

Les conditions environnementales

Les collisions

Cause 1. Le niveau de pratique du rameur

- Le chavirage intervient le plus souvent en bateau court (skiff ou double)
 - Position des mains au dégagé
 - Déséquilibre dans les vagues
 - Pelle prise dans les algues
 - Fausse pelle
 - ...
- Comme pour toute activité, l'expérience permet de prévenir les incidents: il est donc important de pratiquer!
- Il est aussi important de profiter de l'expérience des autres rameurs





Cause 2.

La technique

les fautes techniques

Le matériel

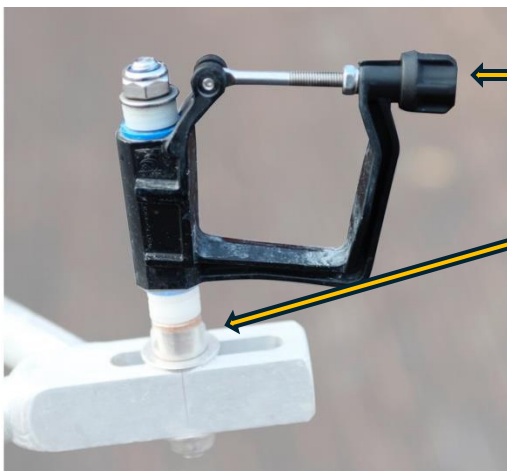
L'équipement

Les fautes techniques

- Une fausse pelle, même dans un bateau stable, peut très vite se terminer en chavirage
- Aiguillette mal fermée ou mal vissée
- Cale-pieds mal fixés

Quel que soit le niveau du rameur, ces incidents peuvent arriver !

Cause 2. La technique



Le matériel

- Cale-pieds mal fixés, crémaillères de barre de pieds dévissées
- Bris ou déboitement de la poignée
- Casse du manche
- Desserrage du collier
- Mauvaise utilisation, mauvais entretien ou défectuosité
- Aiguillette mal fermée ou mal vissée
- Desserrage de l'axe de la dame de nage
- Casse du portant
- D'autres problèmes matériels peuvent aggraver les conséquences du chavirage
 - Bouchons non fermés
 - Lacets de sécurités endommagés ou absents
 - Tire-veilles passés autour du corps du barreur
 - Bris de la coque





Cause 3. les conditions environnementales

La météo

- De mauvaises conditions atmosphériques rendent très dangereuse toute sortie en bateau, quel que soit le niveau des rameurs
- Anticiper les conditions météo
 - Une tempête de Joran peut se lever en 15 minutes
- Les conditions atmosphériques à prendre en compte sont:
 - Le vent, le risque d'orage
 - La chaleur, le froid
 - La brume, le brouillard
 - Les crues



Cause 3.

Les vagues

- Les vagues perturbent énormément la pratique de l'aviron. Elles peuvent faire chavirer voir couler nos embarcations. Elles ont deux origines différentes:
 - Les vagues provoquées par le vent peuvent rendre impossible toute sortie. Elles sont particulièrement dangereuses quand les coups de vent sont subits et violents (coup de Joran). Si un vent violent se lève pendant une sortie il faut se mettre rapidement à l'abri!
 - Les vagues provoquées par d'autres embarcations, tels les bateaux à moteur, wakeboard, bateaux de lignes



Cause 3. Quelle attitude face aux vagues?

- Lorsque les vagues sont établies, comment se rendre d'un point à un autre:
 - Louvoyer pour garder un angle avec les vagues
 - Virer de bord rapidement
 - Garder de la vitesse pour pouvoir manœuvrer
 - Faire écoper par le barreur ou le rameur de proue



Cause 3. Vague de bateaux à moteur, wakeboard

- Lorsque l'on rencontre de grandes vagues provoquées par les bateaux à moteur, il est souvent préférable de passer en demi-coulisse, voire de s'arrêter en respectant quelques consignes:
 - Orienter le bateau parallèlement aux vagues pour éviter la casse
 - Garder les jambes et les bras allongés
 - Mettre les palettes à plat sur l'eau pour assurer l'équilibre



Cause 4. les collisions

- Les accidents d'aviron ont souvent de lourdes conséquences
 - Le rameur tourne le dos au sens de déplacement (effet de surprise)
 - Parties saillantes tranchantes (étrave, portants, rames)
 - La vitesse de déplacement
- Les collisions entre bateaux (abordages)
 - Non-respect des règles de circulation
 - Manque de vigilance du barreur ou du rameur de proue
 - L'incapacité à ordonner ou à exécuter les manœuvres d'évitement adéquates
- Le bateau peut percuter un obstacle :
 - **fixe**: pile de pont, ponton, bouée, bateau au mouillage
 - **imprévisible**: épaves, objet flottant ou parfois envasé: branche, souche, paquets d'herbe, bouteilles...



Comment prévenir les collisions?

- Se retourner fréquemment, anticiper
- Respecter les règles générales de navigation
- Priorité aux bateaux du service de ligne (boule verte)
- Pêcheurs professionnels (boule blanche)
- Voiliers (marchant à la voile...)
- Attention aux
 - Stand-Up Paddle
 - Nageurs (près des campings)

L'équipement des bateaux

- Le matériel doit être conforme à l'ONI et au règlement de sécurité de Swiss-Rowing
- Le matériel doit être en bon état pour minimiser les risques
- Vérifier la fermeture des trappes et des bouchons
- Embarquer des flotteurs et une écope sur les bateaux sans compartiments
- Ne pas trop serrer les chaussures pour que les pieds ne soient pas bloqués
- La cordelette fixant le talon à la planche de pieds est là pour faciliter l'extraction des pieds sans l'aide des mains



Pour éviter de chavirer

- Fermer/contrôler les trappes et les bouchons
- Bien fermer les aiguillettes des dames de nages
- Ne lâchez jamais vos pelles
- En couple, éviter de laisser la poignée de l'aviron aller plus loin que le corps sur l'arrière
- N'employez pas trop de force
- Tournez les palettes
 - avant la prise d'eau au passage des chevilles
 - après le dégagé




Lors d'un chavirage

- Ne paniquez pas!
- Vérifiez que tout le monde a refait surface, y compris le barreur
- Restez accroché au bateau ou aux avirons
- Gardez la poitrine hors de l'eau
- Ne quittez jamais votre embarcation!
- Essayer de remonter uniquement si:
 - Le bateau n'est pas en bois -> trop fragile !
 - Le bateau n'est pas un skiff avec barre arrière de portant -> pas possible!
 - Si vous vous sentez capable de remonter !
 - Si vous êtes en double ou un quatre en s'entraïdant, en stabilisant le bateau pour faire monter le premier plus facilement!
- Sinon: appeler à l'aide et hissez-vous sur le bateau ou cherchez à rejoindre la rive en nageant en arrière et tenant le bateau par la boule



Gilet de sauvetage

- 
- L'utilisation d'un gilet n'est efficace que s'il est correctement ajusté
 - Une fois dans l'eau, ajuster les bretelles et sangles au plus près
 - Seulement quand tout est bien en place, gonfler le gilet
 - Si nécessaire, compléter le gonflage à la bouche



Consignes pour barreurs

- Attention avec les tire-veilles de ne pas rester bloqué dans l'embarcation retournée
- Portez des vêtements qui peuvent rapidement s'enlever, même dans l'eau
- Parce que le barreur est souvent handicapé par une surcharge vestimentaire le protégeant du froid et de la pluie, les rameurs doivent vérifier après un chavirage :
 - qu'il s'est bien dégagé
 - qu'il peut se hisser comme eux sur la coque
 - qu'il peut se séparer, en cas de nécessité, d'une partie de sa tenue pouvant l'entraîner vers le fond