

High Performance Processus de sélection 2023 – 24

Contents

1	Introduction	2
2	Régates cibles pour la saison 2024.....	2
2.1	Elite Olympique	2
2.2	Elite non-Olympique	2
2.3	U23.....	2
2.4	U19.....	3
2.5	Beach Sprint.....	3
3	Evenements nationaux de sélection obligatoires.....	3
3.1	2023	3
3.2	2024	3
4	Evenements sous invitations	4
5	Equipe nationale Elite Olympique.....	4
5.1	Sélection pour l'équipe nationale Elite Olympique	4
5.2	Parcours de sélection et procédure basée sur les Jeux Olympiques.....	4
5.3	Critères et procédure de sélection Elité Olympique.....	4
5.4	M1x.....	5
5.5	M2x.....	5
5.6	LM2x	6
5.7	W1x.....	6
6	Equipe nationale U23, U19 et Elite non-Olympique	8
6.1	Selection pour les équipes U23, U19 et Elites non-Olympique	8
6.2	Processus de sélection et procédure de constitution des équipes	8
7	Dates d'annonce des sélections	9
8	Contribution personnelle VRL.....	9
9	Contribution personnelle LFA	10
10	Normes standards pour l'Equipe Nationale	10

1 Introduction

Ce processus de sélection 2023-2024 doit être vu avec le document suivant : [High Performance Framework](#). Ce document décrit les régates prévues pour la saison 2024, les épreuves de sélection obligatoire et les épreuves sur invitation. La sélection pour les épreuves Olympiques Elites est différentes des autres processus de sélection. Pour plus d'information, veuillez contacter les directeurs techniques de la VRL ou de la LFA.

2 Régates cibles pour la saison 2024

Le Commission de la FRBA, avec le soutien de la Commission Technique Fédérale de la VRL/LFA sélectionnera les équipes les plus rapides pour les régates suivantes :

2.1 Elite Olympique

- Memorial Paolo D'Aloja in Piediluco (22-24 March 2024)
- EOQR et EU 25-28 Apr 2024, Szeged (HUN)
- FOQR, 19-21 Mai et WC2, 24-26 Mai, Luzern (SUI)
- Jeux Olympiques, 24 Jul-4 Aug 2024, Paris (FRA)

Bateaux prioritaires: M1x, LM2x and M2x

Autres épreuves, selon le parcours olympique :

- Championnats d'Europe, 25-28 Apr 2024, Szeged (HUN)
- World Cup II, 24-26 May 2024, Luzern (SUI)

2.2 Elite non-Olympique

- Championnat du Monde , 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)

2.3 U23

- FISU (universitaire), Championnat du Monde, 4-6 Jul 2024, Rotterdam (NED)
- U23 Championnat du Monde, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)
- U23 Championnat d'Europe, 7-8 Sep 2024, Edirne (TUR)

2.4 U19

- U19 Championnat d'Europe, 1-2 Jun 2024, Kruszwica (POL)
- U19 Championnat du Monde, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)

- Coupe de la Jeunesse, 10-11 Aug 2024, Racice (CZE)

2.5 Beach Sprint

En attente du calendrier des régates de World Rowing.

3 Evenements nationaux de selection obligatoire

Pour se qualifier pour l'équipe nationale, les rameurs doivent participer aux épreuves suivantes :

3.1 2023

- 18 Nov OBIC (2 km ergo test sur C2)
- 19 Nov Netekanaal (6 km trial in 1x)
- 18-21 Dec CPT (critical power test) batterie de test (incl. 6 km ergo test)
 - Les candidats à l'équipe nationale sont invités et tenus de compléter la batterie de tests CPT à un endroit prédéterminé.
 - Les résultats des tests doivent être soumis au Head-Coach et au directeur technique avant le vendredi 22 décembre 2023.

3.2 2024

- 10 Feb GRS ergo (2 km ergo test)
- 10 Mar Seneffe (6 km trial in 1x/2-)
- 27-28 Apr Championnat de Belgique bateaux-courts (2km regatta in 1x /2-)

Note:

Les athlètes basés à l'étranger doivent suivre la même procédure concernant la remise de la déclaration d'engagement et des résultats ergos (déclaration à demander aux directeurs techniques). Ces athlètes ne sont pas tenus de participer aux régates nationales de longue distance (voir 1b Netekanaal et 2b Seneffe), mais doivent soumettre des données de performance (ergomètre) au responsable de la performance et aux directeurs techniques au cours de la saison pour être pris en compte pour la sélection.

4 Evenements sous invitations

- 11 – 12 Mei 2024 KRSR regatta – bateaux sélectionnés
- Test medical 4ncremental (VO2 max test)
- Seat racing in 2x/2-

5 Equipe nationale Elite Olympique

5.1 Selection pour l'équipe nationale Elite Olympique

Les athlètes faisant partie de la présélection olympique (ceux qui ont participé aux Championnats du Monde à Belgrade en 2023), sont automatiquement admis dans l'équipe nationale olympique d'élite et sont exemptés des éléments de sélection obligatoires. Cette sélection sera complétée par d'autres athlètes ayant participé aux épreuves mentionnée sous 3.1 :

- OBIC
- Netekanaal
- CPT
- Un test à l'effort progressif (incrémental) distinct doit être effectué. Si les critères ci-dessous sont remplis, les athlètes sont ajoutés à l'équipe nationale élite.
- Faire au minmum top 3 à Netekanaal 2023
- Minimale *ergometer en* VO₂ max waarden in 2023

	M1x / M2x	LM1x	W1x
Ergometer (min:sec)	<6:00	<6:17	<7:02
VO ₂ max (L/min)	>6.0 L.min ⁻¹	>5.3 L.min ⁻¹	>4.3 L.min ⁻¹

5.2 Parcours de sélection et procédure basée sur le règlement Olympique

Les principes suivants ont été utilisés pour parvenir à cette procédure :

1. Des performances optimales pour l'EOQR et la FOQR sont une priorité
2. Opportunités équitables entre tous les athlètes, mais en tenant compte des performance 2023
3. Procédure claire > > pas de discussion

5.3 Critères et procédure de sélection Elite Olympique

- Les critères de processus suivants s'appliquent aux athlètes sélectionnés :
- Signer la déclaration d'engagement par email avant le 31 décembre 2023 et l'envoyer au directeur technique de la VRL ou de la LFA

- Participation au camp d'entraînement national à Varese (25 Jan-13 Feb)
- Suivre le programme d'entraînement du responsable de la performance
- Si vous suivez votre propre programme, celui-ci doit être soumis au préalable au responsable de la performance pour approbation
- Lors d'un stage d'entraînement national, le programme d'entraînement est assuré par la VRL et la LFA.

5.4 **M1x**

S'il y a plus d'un candidat, les Trials auront lieu après le camp d'entraînement à Varèse (25 janvier – 13 février), la première semaine de Mars (première semaine de Mars) à Hazewinkel. Les épreuves seront organisées comme suit :

- 3 x 2000m (1 time trial, 2x race trails) répartis sur 2 ou 3 jours.
- Les Trials se dérouleront dans différentes conditions sur le parcours d'aviron
- Les dates exactes seront déterminées 5 jours à l'avance

La décision est prise en fonction du temps moyen passé, tel que :

- Meilleur temps moyen = gagnant
- 2^e temps = réserve, au cas où il finirait à moins de 1.5% du temps du vainqueur

Le vainqueur et éventuellement sa réserve rameront les régates suivantes :

Winnaar	Reserve
Piediluco	Piediluco
EOQR	Championnats d'Europe
FOQR of WC2 Luzern	WC2 Luzern

Dans le cas où le même rameur est sélectionné dans les M1x et M2x (voir paragraphe 5.5), il appartient à la FSTC (Commission Technique Fédérale Sportive) de décider de la composition des bateaux pour les régates indiquées dans le tableau ci-dessus, en vue de maximiser les performances des équipages belges pour une qualification au Jeux Olympiques 2024. Cette décision sera prise dans la semaine qui suivra les Trials en M1x.

5.5 **M2x**

La combinaison qui a débuté lors des Championnats du Monde de Belgrade n'est pas automatiquement sélectionnée pour la FOQR. Cependant, cette combinaison n'est plus séprée. Toute équipe challengeuse du M2x devra se faire connaître auprès des directeurs techniques LFA/VRL au plus tard le 13 février. S'il y a un équipage challengeur, les essais auront lieu le weekend du 16 et 17 mars à Hazewinkel.

La conception des Trials sera alors la suivante :

- 2 x 2000m

La décision est prise en fonction du temps moyen passé à la rame, tel que :

- Meilleur temps moyen = gagnant

Le meilleur ramera les régates suivantes :

Winnaar
Piediluco
Championnats d'Europe
FOQR

5.6 LM2x

La combinaison qui a débuté lors des Championnats du Monde à Belgrade sera sélectionné pour l'EOQR et la FOQR. La réserve qui a débuté lors de la Coupe du Monde de Belgrade reste et continuera à s'entraîner et à faire partie à part entière de l'équipe nationale qui se prépare pour l'EOQR et la FOQR. Les rameurs doivent démontrer leur forme comme suit :

- Ergo temps 2000m < 3 sec du précédant record personnel de 2023
- Participation aux essais (en LM2x) du M1x pendant la dernière semaine du camp d'entraînement à Varèse (25 janvier – 13 février) où le temps peut être au maximum de 1.5% inférieur au % du rameur le plus rapide des temps de tendance GMS par bateau type.

Ils participeront aux régates suivantes :

Winnaar	Reserve
Piediluco	Piediluco
EOQR	Championnats d'Europe
FOQR of WC2 Luzern	WC2 Luzern

5.7 W1x

S'il y a plus d'une candidate, les essais auront lieu lors de la dernière semaine du camp d'entraînement de Varèse (25 janvier – 13 février). Les épreuves seront organisées comme suit :

- 3 x 2000m (1 time trial, 2x race trails) répartis sur 2 ou 3 jours

- Les Trials se dérouleront dans différentes conditions sur le parcours d'aviron
- Les dates exactes seront déterminées 5 jours à l'avance

La décision est prise en fonction du temps moyen, tel que :

- Meilleur temps moyen = gagnant

La vainqueur ramèra les régates suivantes :

Winnaar
Piediluco
Championnats d'Europe *
FOQR

6 Equipe nationale U23, U19 et Elite non-Olympique

6.1 Sélection pour les équipe U23, U19 et Elite non-Olympique

Les athlètes qui souhaitent faire partie de l'équipe nationale doivent répondre aux critères suivants :

- Participation aux épreuves de sélection obligatoires mentionnées sous 3.1 et 3.2.
- Signer la déclaration d'engagement par email avant le 31 décembre 2023 et l'envoyer au directeur technique de la VRL ou de la LFA
- Les athlètes peuvent être sélectionnés pour l'équipe nationale ou invités au Seat Racing par le responsable de la performance et des directeurs techniques
- La performance des athlètes ou des équipes est testée par rapport aux Belgian Selection Times. Ces horaires sont publiés sur les sites internet de la VRL et de la LFA

6.2 Processus de sélection et processus de constitution des équipes

La sélection et la constitution des équipes se feront comme suit :

- Sur la base des performances lors des Championnats Bateaux-Courts, le 4/6/8 meilleurs seront invités pour des Seat Racing en 2x
- La sélection nationale des bateaux sera constituée sur la base des résultats des Championnats Bateaux-Courts et des éventuels Seat Racing
- La combinaison la plus rapide sera sélectionnée pour participer à cette combinaison lors des régates cibles telles que déterminées sous 2.3 U23, 2.4 U19 et 2.2 Elites non-Olympique.

7 Dates d'annonce des sélections

Les dates suivantes ont été fixées pour l'annonce des sélections pour les événements ultérieurs. Des modifications de la sélection sont possibles.

Catégorie	Evenement	Annonce
Elite Olympique	EOQR, 25-28 Avr 2024, Szeged (HUN)	6 Mars 2024
	FOQR, 19-21 Mai, Luzern (SUI)	19 Mars 2024
	Jeux Olympiques, 24 Jul-4 Aug 2024, Paris (FRA)	En fonction du BOIC
Elite non-Olympique	Championnats du Monde, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
U23	FISU Championnats du Monde, 4-6 Jul 2024, Rotterdam (NED)	3 Jun 2024 (set by FISU)
	Championnat du Monde, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
	Championnat d'Europe, 7-8 Sept 2024, Edirne (TUR)	27 Aug 2024
	Championnat d'Europe, 1-2 Jun 2024, Kruszwica (POL)	1-2 Jun 2024
U19	Championnat du Monde, 18-25 Aug 2024, St Catherines (CAN)	9 Jul 2024
	Coupe de la Jeunesse, 10-11 Aug 2024, Racice (CZE)	9 Jul 2024
Beach Sprint	Tbd	Tbd

8 Contribution personnelle VRL

Lors des camps d'entraînement et des régates, la nourriture, l'hébergement et, si à l'étranger, les transports sont fournis. Pour couvrir les frais souvent élevés, il est demandé à l'athlète d'apporter une

contribution financière personnelle s'il est invité à participer à des camps d'entraînements ou à des régates de plusieurs jours, y compris les nuits. Les tarifs suivants s'appliquent par personne et par jour :

Event	Stage België	Stage buitenland	Regatta buitenland
U19 Coupe	20 €	40 €	60 €
U19 Europese / Wereld Kampioenschappen	20 €	40 €	-
U23 Europese / Wereld Kampioenschappen	20 €	40 €	-
Elite	-	-	-

Si un athlète U23 est sélectionné pour une étape ou une régate Elite, il sera considéré comme "Elité"

9 Contribution personnelle LFA

Pour la LFA, les contributions personnelles seront annoncées par le directeur technique en fonction des situations particulières.

10 Normes standards pour l'Equipe Nationale

La VRL et la LFA ont établi des valeurs de référence anthropométriques, physiques (endurance, force) et techniques d'aviron pour le développement des rameurs afin d'atteindre un Top 8 aux Championnats du Monde et aux Jeux Olympiques. Ces valeurs de référence ont été générées à partir de publications scientifiques, de valeurs standards dans d'autres pays et de nos propres données historiques. Les rameurs qualifiés pour l'équipe nationale seront testés par catégorie d'âge par rapport à ces valeurs standards, d'une part à titre instantané pour établir un premier profil de performance et d'autre part pour évaluer l'évolution des rameurs au fil des différentes années. Il convient de noter que répondre à ces critères ne signifie pas « réussite ou échec ». Si toutes les valeurs standards sont respectées, cela signifie automatiquement que le rameur concerné sera inclus dans l'équipe nationale. Toutefois, si toutes les valeurs standards ne sont pas respectées (ce qui arrive souvent), le profil complet de l'athlète sera examiné et une délibération aura lieu sur cette base.

Les valeurs standard pour les hommes et les femmes sont indiquées ci-dessous dans la figure 1.

MEN										
	ANTHROPOMETRICS			PHYSICAL						BOAT
Age	Body Weight	Body Height		VO2max		Pmax	1RM Squat	1RM Bench Pull	Ergo	Season Best Boat
	(kg)	(m)		(L/min)	(ml/min/kg)	(Watt)	(%BW)	(%BW)	(min:s)	(min:s)
15	70	1.80		4.5	67.5	380	1.0	0.8	6:45	7:35
16	72	1.82		4.7	67.5	410	1.1	0.85	6:35	7:25
17	74	1.84		4.9	70	435	1.15	0.9	6:25	7:18
18	76	1.85		5.2	70	455	1.25	0.97	6:18	7:11
19-20	78	1.85		5.6	70	475	1.4	1.05	6:10	7:05
21-22	83	1.86		6.0	70	500	1.6	1.2	6:04	6:56
23-26	86	1.86		6.2	70	510	1.7	1.25	5:57	6:50
>26	87	1.86		6.3	70	530	1.7	1.25	5:54	6:45

WOMEN										
	ANTHROPOMETRICS			PHYSICAL						BOAT
Age	Body Weight	Body Height		VO2max		Pmax	1RM Squat	1RM Bench Pull	Ergo	Season Best Boat
	(kg)	(m)		(L/min)	(ml/min/kg)	(Watt)	(%BW)	(%BW)	(min:s)	(min:s)
15	62	173		3.4	57.5	270	0.9	0.75	7:45	8:20
16	64	174		3.55	58.5	285	1.0	0.8	7:35	8:10
17	65.5	175		3.7	60	300	1.1	0.85	7:25	8:00
18	67	176		3.9	60	315	1.2	0.9	7:17	7:53
19-20	69	179		4.1	60	340	1.35	1.0	7:09	7:47
21-22	71	179		4.3	60	375	1.5	1.15	6:56	7:37
23-26	73	179		4.5	60	405	1.6	1.20	6:50	7:30
>26	73	179		4.6	60	430	1.7	1.25	6:47	7:25

Figure 1: Tableau des normes standards