



## Entraîneure nationale pour le sport de masse : offres automne 2026

Chère présidente de club, cher président de club,  
Chers responsables du sport de masse,

Comme vous en avez déjà été informés par différents canaux, Bea Schwarzwälder prendra ses fonctions d'entraîneure nationale responsable du sport de masse au sein de SWISS ROWING à compter du **1er octobre 2026**. Elle sera chargée du développement du sport de masse et mettra en place, en étroite collaboration avec les clubs, une offre de formation et d'activités variée répondant aux besoins de ce secteur.

Dans un premier temps, soit durant la période de **mi-octobre à mi-décembre 2026**, les deux modules de formation suivants seront proposés :

-  **Journée technique SWISS ROWING pour les rameuses et rameurs adultes**
-  **Formations entraîneurs SWISS ROWING – Comprendre et enseigner la technique d'aviron**

L'appel à candidatures pour les cours de formation prévus en **2027** sera publié au cours du mois de **novembre 2026**.

### Conditions générales

- En tant que partenaire contractuel de SWISS ROWING, le club d'aviron organisateur assume l'entière responsabilité du stage.
- Deux ou plusieurs clubs d'aviron peuvent s'associer pour organiser un stage. Le club qui effectue l'inscription demeure toutefois l'interlocuteur principal de SWISS ROWING et est chargé de la coordination entre les clubs partenaires.
- La réservation est effectuée au nom du club par un membre de son comité.
- La facture, d'un montant forfaitaire de 500 CHF par jour, est établie au nom du club.
- Le club est responsable de la communication interne ainsi que de la gestion des inscriptions. SWISS ROWING n'entretient aucune correspondance individuelle avec les rameuses et rameurs participant au stage.
- Si un stage doit être annulé par le club en raison des conditions météorologiques, l'annulation peut être communiquée par e-mail à Bea Schwarzwälder et Erich Pfister jusqu'à **20 h la veille du stage**, sans frais. En cas d'annulation après ce délai, le club est redevable de **50 %** du coût du stage. Si le stage doit être interrompu en raison des conditions météorologiques **après 10 h le jour du stage**, la totalité du coût du stage est due.
- Le club met à disposition ou organise le matériel nécessaire (bateaux, bateau à moteur de l'entraîneur), les infrastructures ainsi que la restauration, le cas échéant.
- Le club veille au respect de l'effectif maximal du groupe et s'assure que les participantes et participants possèdent le niveau requis. La gestion d'une éventuelle liste d'attente relève également de sa responsabilité.

### Inscription

[Demande d'informations concernant l'offre du sport de masse](#)

Les dates disponibles à la réservation figurent dans un document supplémentaire intitulé « Dates disponibles à la réservation ».

**Pour toute demande de renseignements, veuillez nous contacter par e-mail à l'adresse suivante :**

Bea Schwarzwälder, entraîneure nationale pour le sport de masse (✉)

[bea.schwarzwaelder@swissrowing.ch](mailto:bea.schwarzwaelder@swissrowing.ch))

Erich Pfister, SWISS ROWING responsable du sport de masse (✉ [erich.pfister@swissrowing.ch](mailto:erich.pfister@swissrowing.ch))

#### OFFRE DESTINÉE AUX RAMEUSES ET AUX RAMEURS

##### Journée technique de SWISS ROWING pour les rameuses et rameurs adultes

SWISS ROWING invite les rameuses et rameurs ambitieux, ainsi que leur(s) entraîneur(s), à participer à des modules pratiques exclusifs consacrés au sport de masse. Conçus pour répondre aux besoins du sport associatif, ces modules visent à favoriser le développement technique des participantes et participants. Répartis en petits groupes homogènes de **deux bateaux au maximum**, les participants bénéficient, après une brève introduction, d'un encadrement intensif et de conseils techniques personnalisés. Ils ont ainsi l'occasion d'améliorer de manière ciblée et durable leurs compétences, que ce soit en skiff ou en bateau de course.

##### Publics cibles et axes prioritaires

Ce module s'adresse aux rameuses et rameurs adultes de niveaux suivants :

- **Débutants** : « Passer au niveau supérieur en yolette » – Approfondissement des techniques de base après le cours pour débutants.
- **Avancés** : « Initiation au bateau de course » – Une transition en toute sécurité, axée sur l'équilibre et la stabilité.
- **Ambitieux** : « Aviron de compétition pour sportifs » – Entraînement technique destiné aux rameurs et rameuses axés sur la performance.

Les entraîneures et entraîneurs sont cordialement invités à participer à ces modules, que ce soit à bord d'un bateau d'aviron ou d'un bateau à moteur, afin d'approfondir leurs compétences techniques et méthodologiques grâce à une expérience pratique de l'entraînement.

##### Exemple de programme (1 jour)

|                |                                                                                               |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15 min         | Accueil et informations pratiques                                                             |
| env. 60 min    | Partie théorique : technique d'aviron spécifique adaptée au public cible                      |
| 60 min chacune | Séances pratiques sur l'eau<br>(Passage du bateau à moteur du bateau 1 au bateau 2 sur l'eau) |
| 60 min         | Analyse vidéo des sorties du matin et planification de l'après-midi                           |
| 30 min         | Pause déjeuner                                                                                |
| 45 min chacune | Séances pratiques approfondies axées sur les corrections individuelles                        |
| 60 min         | Questions et évaluation                                                                       |

##### Conditions de participation

- **Condition préalable** : être membre d'un club affilié à SWISS ROWING.
- **Taille du groupe** : 11 personnes au maximum, réparties dans 2 bateaux (5 places max.) et 1 personne supplémentaire dans le bateau à moteur
- **Niveau** : pour un apprentissage optimal, tous les participants doivent avoir un niveau similaire.

##### Coûts

Forfait de 500 CHF (frais compris)

##### Pour s'inscrire :

[Demande d'informations concernant l'offre du sport de masse](#)

Les dates disponibles à la réservation figurent dans un document supplémentaire intitulé « Dates disponibles à la réservation ».

**OFFRE DESTINÉE AUX ENTRAÎNEURS DE CLUB****Formations entraîneurs SWISS ROWING – Comprendre et enseigner la technique d'aviron**

SWISS ROWING invite les entraîneures et entraîneurs des clubs d'aviron suisses à approfondir leurs connaissances pratiques de l'aviron et à perfectionner leurs compétences pédagogiques. Ce module exclusif associe des bases théoriques solides à une pratique intensive sur l'eau, afin d'optimiser l'encadrement des rameuses et rameurs tout en permettant aux participantes et participants d'améliorer leur propre technique.

**Public cible**

Cette offre s'adresse aux entraîneures et entraîneurs d'aviron pour adultes exerçant au sein d'un club affilié à SWISS ROWING. Elle est particulièrement recommandée aux responsables du sport de masse des clubs ainsi qu'aux entraîneures et entraîneurs motivés qui souhaitent développer leurs compétences techniques, méthodologiques et pédagogiques.

**Axes prioritaires**

- **Mise en pratique d'exercices clés** : application concrète lors des cours et des entraînements au club
- **(à suivre)**

**Exemple de programme (1 jour)**

|                |                                                                                               |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15 min         | Accueil et informations pratiques                                                             |
| env. 60 min    | Partie théorique : exercices clés                                                             |
| 60 min chacune | Séances pratiques sur l'eau<br>(Passage du bateau à moteur du bateau 1 au bateau 2 sur l'eau) |
| 60 min         | Analyse vidéo des sorties du matin et planification de l'après-midi                           |
| 30 min         | Pause déjeuner                                                                                |
| 45 min chacune | Séances pratiques approfondies axées sur les corrections individuelles                        |
| 60 min         | Questions et évaluation                                                                       |

**Conditions générales**

- **Inscription et participation** : la réservation est effectuée par la personne responsable du sport de masse au sein du club. Les entraîneurs du club sont autorisés à y participer.
- **Condition préalable** : exercer la fonction d'entraîneur au sein d'un club affilié à Swiss Rowing.
- **Taille du groupe** : 11 personnes au maximum, réparties dans deux bateaux (5 personnes maximum par bateau) et une personne supplémentaire dans le bateau à moteur.

**Coûts**

Forfait de 500 CHF (frais compris)

**Pour s'inscrire :**

[Demande d'informations concernant l'offre du sport de masse](#)

Les dates disponibles à la réservation figurent dans un document supplémentaire intitulé « Dates disponibles à la réservation ».

Cordialement

**FÉDÉRATION SUISSE DES SOCIÉTÉS D'AVIRON**