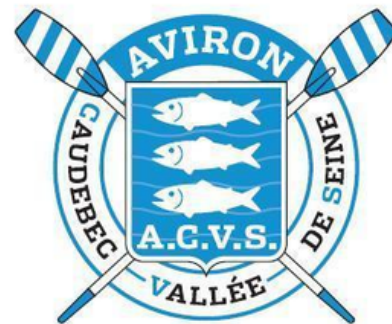


NEWS de l'ACVS

Saison 2025-2026



Mai - Juin - Juillet - Août 2026

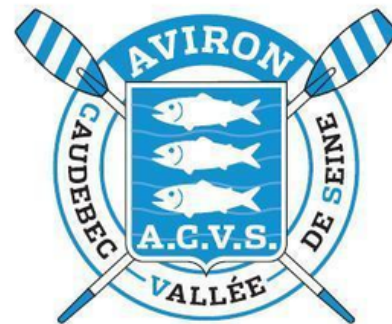
Dernière News de la saison 2025 - 2026, ces derniers mois ont été riches en activités du club.

Les 6 rameuses et rameurs qui ont débuté l'aviron cette saison ont passé le brevet niveau 1 avec succès, Félicitations !

Félicitations également pour les niveaux 2, d'autres sessions seront programmées pour les absences à la session de juin.

Après un bel été, rendez-vous en septembre pour une nouvelle saison d'aviron qui sera riche à nouveau d'évènements ACVS...

NEWS de l'ACVS



Mai 2026

La Viking Regatta Master
le samedi 02 mai 2026

Le samedi 02 mai 2026 a eu lieu la 1ère édition de la régata “La Viking Master Regatta” organisée par la ligue d’aviron Normandie sur le bassin de compétition de Léry-Poses 27.

Epreuve comme son nom l’indique, réservée aux masters sur 1000 m le matin et/ou 500 m l’après-midi en bateaux courts.

Claire B et Nicolas ont représenté le club en 2x mixte sur la course des 1000 m. Entraînements au club pendant plusieurs semaines...



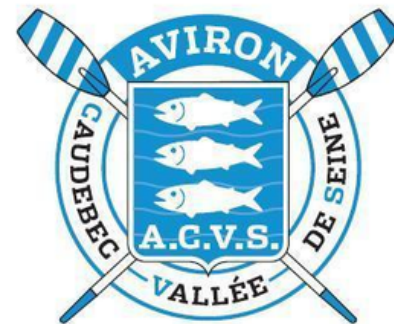
L'avant-course

François a assuré la logistique, Catherine, Clo et les familles de Claire et Nico étaient présentes. Des conditions idéales de championnats, un bassin calme, des supporters qui suivent en vélo (Catherine et François) et qui sont aussi à l'arrivée pour encourager les 2 grands sportifs du club, tout est réuni pour une magnifique course .



L'équipage monte au départ

NEWS de l'ACVS



Alignés avec 3 autres équipages au départ , chacun dans sa ligne d'eau ... départ de course, des cadences élevées, un cardio qui monte encore à l'enlevage jusqu'à l'arrivée , car 1000m c'est long et c'est court pour remporter une course ! Pas d'erreur possible...



François

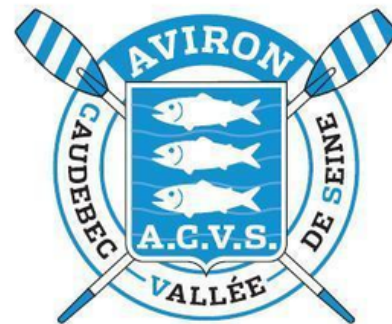


L'enlevage



L'arrivée

NEWS de l'ACVS



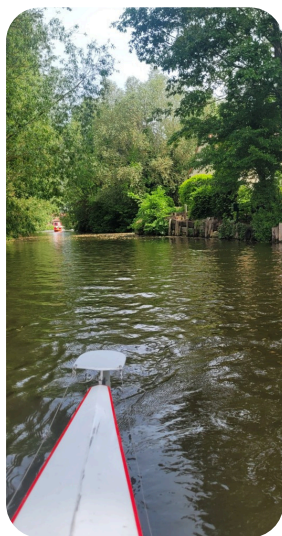
Claire et Nico ont bien géré leur course avec un bel enlevage. Superbe effort soutenu tout le long, un bel équipage bien coordonné, concentré sur sa technique qui se class 4ème/ 7 avec un temps de 3.47.1 (1er Belbeuf CNB en 3.34.9).
Félicitations !!

L'ACVS sera présente en 2027 en plus grand nombre !



Randonnée des Nénuphars à St Omer

le dimanche 10 mai 2026



Un équipage ACVS a participé le dimanche 10 mai 2026 à la Randonnée des Nénuphars labellisée par la Fédération d'Aviron et organisée par le club de St Omer, 25 km dans le marais Audomarois. Partis tôt de Caudebec, l'équipage composé de Anne, Caroline, Claudine, François et Martine arrive à Houlle pour un départ sur l'eau prévu à 9h30. L'ACVS a loué une yolette ce qui évite tout le côté logistique. Briefing sur le parcours et ses difficultés et nous voici sur l'eau...

Paysages sauvages, bateaux typiques à fond plat traditionnels du maraîchage, marais abritant près de 1000 espèces animales et végétales tout au long des canaux sinueux, étroits, l'équipage passionné par ces espaces à la fois sauvages, habités et exploités n'a pas assez d'yeux pour tout ce qui s'offre à lui.

Le barreur -se n'est pas à la fête. Rameurs - barreur se relaie. Concentration, anticipation de tous les instants, sinon c'est la rencontre assurée avec la berge et des manoeuvres parfois longues à négocier compte tenu du nombre d'équipages sur l'eau. Mais nous sommes avisés, et nous nous laissons dépasser pour être en queue de peloton et pour savourer ainsi tranquillement la randonnée, plutôt enclins à flâner sur ces eaux tranquilles ! La diversité des espèces est un émerveillement, aviron rime avec amateur de nature .

Après avoir parcourus ces méandres paisibles, nous revenons au point de départ par une partie plus large de la rivière La Houlle, nous appuyons un peu plus sur la barre de pied tout en augmentant la cadence, histoire de finir par une bonne glisse.

A l'arrivée, nous démontons la yolette prêtée par la ligue avant d'être accueillis pour un repas de spécialités servi au bord de la Houlle sous un beau soleil.



Florent un ami sportif de Anne



Vélo - Aviron de Caudebec à Jumièges

le dimanche 17 mai 2026

La traditionnelle sortie Vélo-Aviron du club a eu lieu dimanche 17 mai. Une belle journée aux bonnes prévisions de Francois (coef marée, météo).

Guillaume, Linda et Victor, nouveaux rameurs du club ont répondu présents.

2 équipages ont été constitués :

- 1er bateau avec Caroline, Claire L, Claudine, François N, Victor.
- 1ers vélos avec Anne, François L, Guillaume, Linda, Nicolas



Les 7 km jusqu'à la cale du Trait ont été parcourus en peu de temps. Un vrai plaisir de glisse. Un 1er échange vélos-bateau à la cale et voici le 2ème équipage bateau lancé pour les 8 km vers Jumièges. Les vélos suivent la voie verte jusqu'à Jumièges traversant des paysages champêtres et paisibles.



Pause pique-nique pour tous en bord de Seine à Jumieges dans un cadre bucolique toujours sous le soleil.

Jean-Francois (mari de Linda) accompagné de ses enfants Julia (jeune rameuse du club) et Tiago, assure la logistique et nous apporte nos paniers pique-nique pour un "déjeuner sur l'herbe" bien apprécié et partagé entre tous. Merci !

Puis, la renverse ayant eu lieu pendant ce temps, l'équipage vélo d'avant la pause déjeuner repart en bateau, sur un superbe plan d'eau jusqu'au Trait.



Nouvel échange. A chaque fois, les cyclistes arrivent avant les rameurs au rdv !

Dernière partie de la sortie, puis nous arrivons au club, tous enchantés, pour un dernier moment convivial autour d'un goûter. Et comme l'Acvs a du savoir-être, nous avons convié un randonneur en vélo qui suivait les boucles de Seine et qui s'était arrêté au club.

Cette journée de partage a permis aux nouveaux rameurs d'évoluer sur la Seine en dehors du bassin habituel et ainsi favoriser le lien entre nouveaux et anciens rameurs.



Sortie bateaux courts

en mai 2026

Linda, Maeva et Victor sont sortis en bateaux courts canoë et 2x



1ère sortie canoë pour Linda, puis en 2X jusqu'au pont de Brotonne



Victor en canoë encadré par Claire

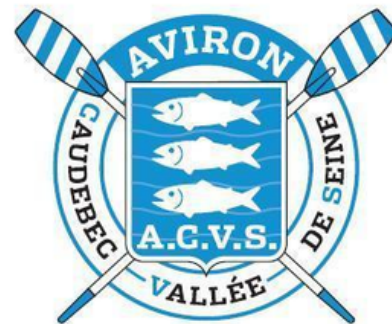


Claire en pleine démonstration d'équilibre ! 🙌



1ère sortie en canoë pour Maeva jusqu'au pont de Brotonne

NEWS de l'ACVS

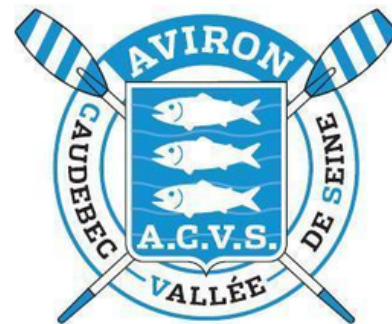


Séances Ergo
mai-juin 2026

Les séances ergo sont toujours bien fréquentées par les “Ergonautes”



NEWS de l'ACVS



Juin 2026

L'ACVS sur la Seine... ou pas !



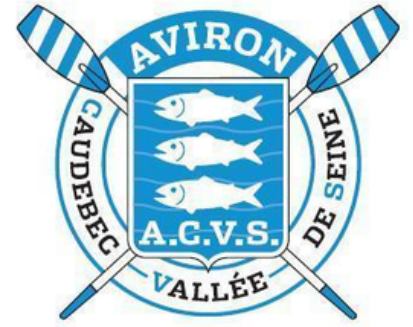
(photos AnnaMaria)

*“Le vide,
l’immensité,
les rameurs me
manquent !”
Marie-Pierre*

(photo Marie-Pierre)



NEWS de l'ACVS



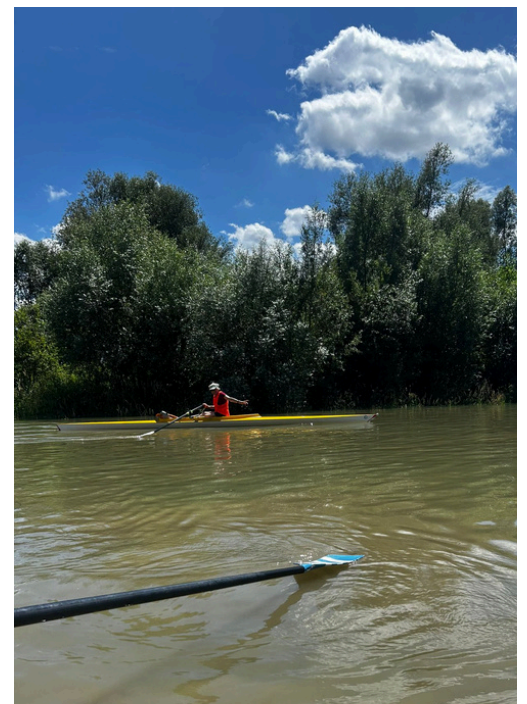
L'ACVS accompagne le Belem

Sophie L et AnnaMaria en 2x, Catherine en canoë, Claire B

*(photos Claire B &
AnnaMaria)*



Sophie L et AnnaMaria en 2x



Catherine en canoë



Rien n'arrête les sorties de l'ACVS ...
pas même "ce petit truc" !

(AnnaMaria)

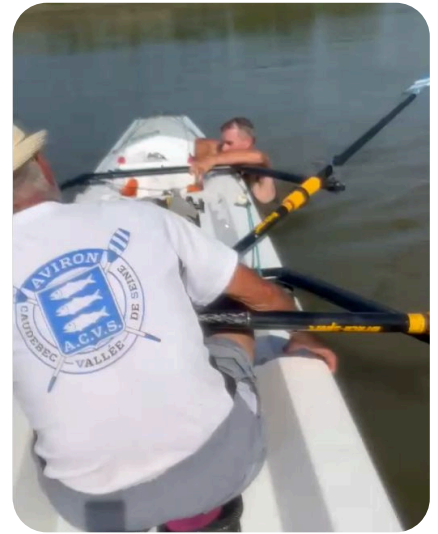
Par un chaud dimanche de juin sur l'eau , moment insolite !



1 - Nico saute



2- Nico nage



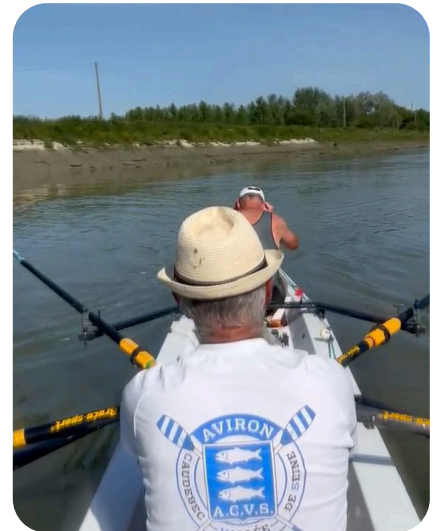
3- Nico remonte



4- Nico en équilibre

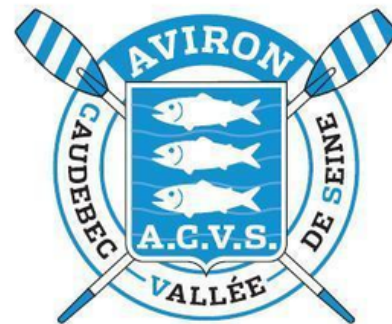


5- Nico se rassoit



6- Ni vu ni connu !!!

(photos extraites d'une
vidéo d'AnnaMaria)



Journée Skiff Canoë au lac de Jumièges le samedi 13 juin 2026

La journée Skiff-Canoë a eu lieu le 13 Juin au lac de Jumièges. François a assuré le transport des bateaux avec la remorque du club.

Comme l'a écrit Nicolas :

“Ce n'est pas facile d'oser se lancer en skiff ou en canoë sur la Seine avec le trafic et le bassin qui peut devenir très agité. Mais à Jumièges, c'est le paradis pour les débutants. Eau du lac transparente, beau temps, les conditions sont idéales pour les novices.

Guillaume, Linda, Anna, Emmanuelle, Anne, Sandrine, Marie-Pierre, Martine, Gus, François, Nico, Victor, Stéphane sont venus ramer. C'est une étape importante pour les rameurs de ramer tout seul. Il faut savoir se diriger, s'équilibrer et avancer sans fausses pelles. Si non ça ne pardonne pas, c'est direct au bain! Le skiff ça change de la yolette, c'est étroit, à peine la place de passer les fesses entre les deux plats-bords!

Après une année d'aviron parfois moins nos nouveaux rameurs se sont très bien débrouillés sur l'eau! Une petite régates avec virements de bouées a clôturé la journée. Pique-nique, bain et paddle , super moment de partage et de rigolade”.

Retour sur la journée en images...
(photos Linda, Claudine)



NEWS de l'ACVS



Victor



Linda



Guillaume



AnnaMaria



Anne



Emmanuelle



Marie-Pierre



Martine



Sandrine



Stéphane



Nicolas



Gus et François



Nicolas

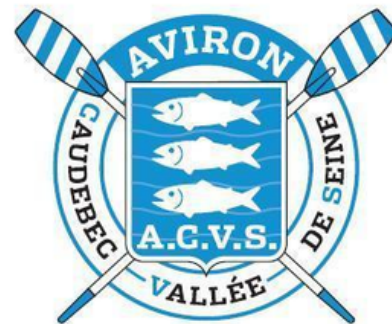


Stéphane



Claudine

NEWS de l'ACVS



Brevets ACVS 2026, le samedi 20 juin 2026

A 14h le samedi 20 Juin, initiation pour une future nouvelle adhérente et pour Simon le fils de Sandrine qui grandit à vue d'œil ! Puis à 16h passage des brevets du rameur.

Nous pouvons lors de notre apprentissage de l'aviron passer des brevets . Cela permet d'évaluer le niveau d'autonomie du rameur et de faire des rappels de sécurité. Clo et Nico se sont chargés de faire passer les niveaux 1 et 2, assisté par Claire et Gwen . Capitaine François sur le bateau de sécu en cas de chavirage.

Première partie en salle, questionnaire sur la sécurité, le plan d'eau et la navigation à Caudebec. Les niveaux 2 doivent en plus répondre au quiz de la FFA. Ca fait pas de mal de rappeler quelques règles pour ramer sans danger.

Puis épreuve sur l'eau, savoir préparer sa sortie, équiper son bateau, débarquer, manœuvrer, stopper, accoster. Nous avons de la chance , il fait bon au bord de l'eau, courant montant et bon petit vent. Conditions pas faciles mais classique pour Caudebec.

Tous les candidats ont réussi les épreuves et validés leurs brevets. Bravo à Sophie, Victor, Benoît, Emmauelle, Anne, Steve, Catherine, Lucile, Clotilde, AnnaMaria, Marie-Pierre.

Puis apéro, remise des brevets d'endurance obtenus lors du marathon d'aviron et barbecue, repas partagé comme d'habitude pour terminer cette belle après-midi au club !

Nicolas

Retour sur le passage des brevets en images...
(photos Claire B, Claudine)





François veille à la sécurité



L'attente



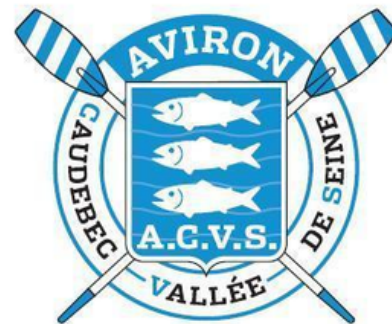
Validation des épreuves sur l'eau



Remise des diplômes



Repas de fin de saison



Juillet 2026

Trophées Sportifs Rives en Seine 2026, ...

Le vendredi 3 juillet a eu lieu la cérémonie des trophées sportifs organisée par la collectivité de Rives en Seine à la Tour d'Harfleur, en présence du maire M. Bastien Coriton et d'Elu-es afin de mettre à l'honneur les athlètes pour leur performance et les bénévoles pour leur implication dans les associations sportives.

L'ACVS a souhaité mettre à l'honneur un "Ergonaute" pratiquant de façon assidue l'aviron indoor, pour son engagement, son implication dans la vie du club, sa résilience, son esprit de groupe, représentant à bien des égards les valeurs de notre sport l'aviron...

Un discours a présenté Cédric et les raisons pour lesquelles il a été distingué. Très ému, il a reçu un bon d'achat des mains de Mme SOUDAIS-MESSAGER, Adjointe en charge de la jeunesse, des sports, du jumelage et de la vie associative .

Catherine, Claudine, Gwenaelle, Nicolas et Stéphane étaient présents pour accompagner Cédric.

La cérémonie s'est terminée par un moment convivial autour d'un buffet.

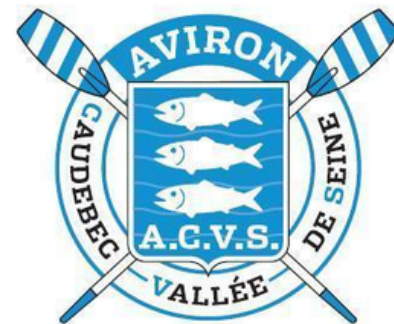


*Cédric entouré
de sa maman
et du Maire
M. Coriton*



NEWS de l'ACVS

Saison 2025-2026



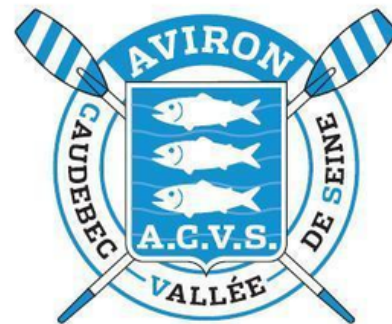
Des nouvelles de Chine, euh ... de Caudebec !!!

Le retour de Gabriel



NEWS de l'ACVS

Saison 2025-2026



Les chiffres du club

4861

km au 14/07/26

+ ~ 623 km indoor au 14/07/26

Prochains événements

août 2026

- Août : les 16 & 30 sorties vers Vieux Port

rentrée saison 2026-2027

- Septembre : le 5 Olympiades Caudebec en Caux

Matériel

- Un nouvel ergomètre a été acquis par le club, qui dispose donc maintenant de 6 ergomètres, le plus ancien étant toutefois moins performant mais permet d'accueillir néanmoins 6 ergonautes en séance !
- Skiff BBG rouge en cours de réparation
- Pelles peinture aux couleurs du club toujours en cours