

Le geste du godilleur

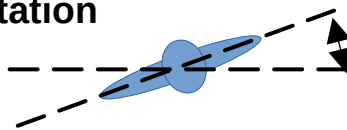
On recherche le bon geste ...

Mais il dépend de la taille et du poids du bateau, de la longueur de l'aviron, de la hauteur de la dame de nage par rapport à l'eau, par rapport au plancher, de la taille du godilleur, de sa distance au tableau arrière ... Est ce que l'on veut aller vite, ou aller loin ?

Il vaut mieux s'entraîner à faire varier les différents paramètres que l'on contrôle, et de ressentir l'efficacité de son geste : le bon geste est celui qui, avec le matériel que l'on a, permet d'aller vite avec un effort minimum !

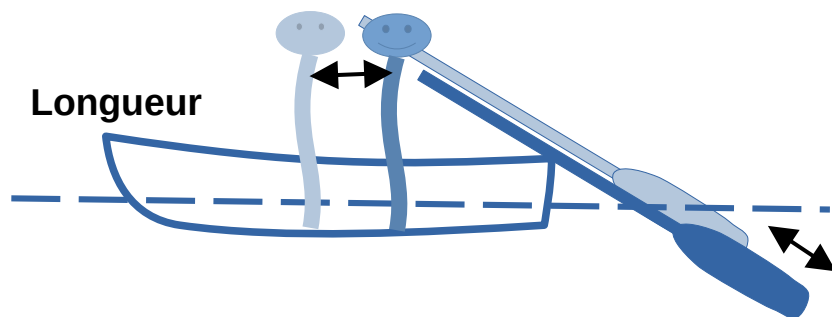
Angle de rotation

Angle de la pelle avec l'horizontale



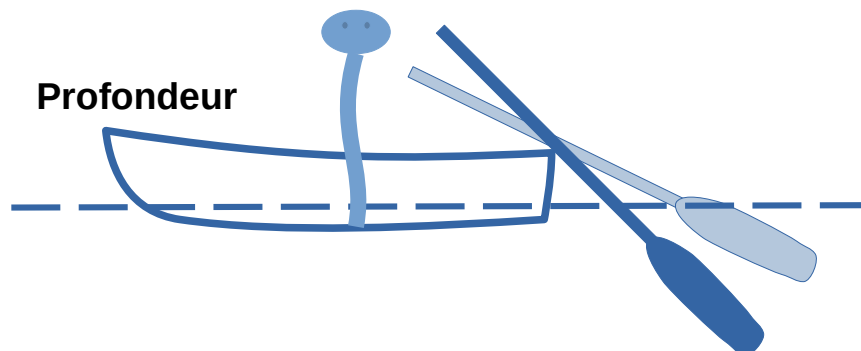
Longueur

La longueur du manche dans le bateau, et donc l'inverse de la longueur immergée de l'aviron.



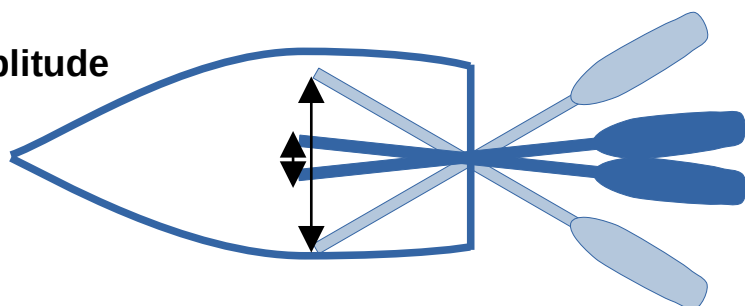
Profondeur

La hauteur de la poignée par rapport à ses épaules, par contre coup, l'enfoncement de la pelle dans l'eau.



Amplitude

L'amplitude du geste de droite à gauche.



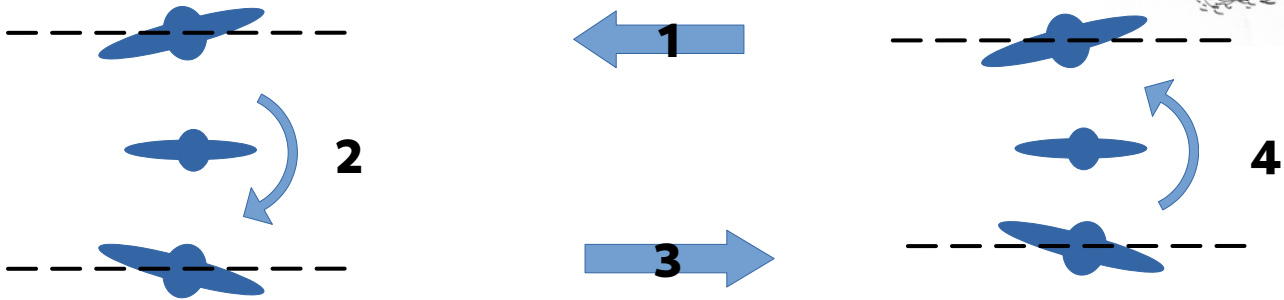
Et faire varier aussi : vitesse du mouvement, le roulis du bateau, ...

Le geste du godilleur

Un aller et retour en ligne droite ...



Mouvement de la pelle

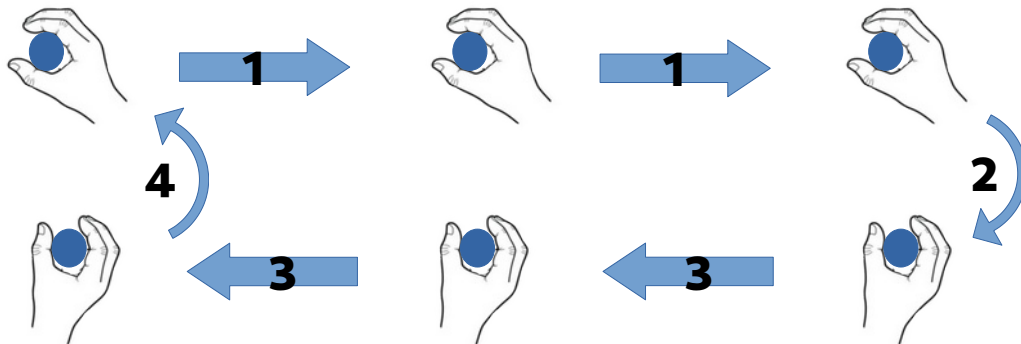
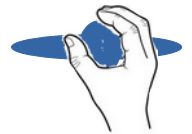


- 1 Immerger la pelle à droite ; l'incliner et l'amener à gauche en gardant la même inclinaison
 - 2 Changer l'inclinaison de la pelle
 - 3 La ramener à droite en gardant la même inclinaison
 - 4 Reprendre l'inclinaison du départ
- La déplacer vers la gauche comme en 1

Remarque : c'est toujours la même face de la pelle qui est vers le haut.

Mouvement de la main (à une main)

Quand la pelle est à droite, la main est à gauche, et vice versa



Mouvement des mains (à deux mains)

