

CHARTRE DU COMPETITEUR

Natation Course

1. Dopage

Le nageur s'engage à n'avoir recours à aucun produit ou procédé induisant un contrôle antidopage positif.

Le nageur (ou son représentant légal), **s'il est qualifié en championnat national**, se doit de remplir et de donner à l'entraîneur l'autorisation de prélèvement sanguin, obligatoire, délivrée en début de saison.

En cas de maladie nécessitant la prise de médicaments, le nageur s'engage à informer son médecin de son statut de sportif et de son niveau de pratique. Dans le cas d'une prescription médicale d'une substance présente sur la liste des produits interdits, le nageur doit avertir son entraîneur et réaliser les démarches nécessaires auprès de la Fédération Française de Natation pour l'obtention d'une autorisation à usage thérapeutique (A.U.T.).

Tout nageur contrôlé positif fera l'objet à titre conservatoire d'une exclusion immédiate du club jusqu'au prononcé de la sanction officielle.

2. Santé

L'accès aux entraînements et au bassin ne peut se faire sans la production d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la natation en compétition. Ou d'une attestation indiquant que vous avez répondu par la négative à chacune des rubriques du questionnaire santé. L'un ou l'autre doit être remis en amont du premier entraînement.

Le nageur s'engage à ne pas consommer d'alcool, de tabac et de drogue, notamment lors des activités sportives du club : entraînement, compétition et stages.

Le nageur ne doit pas utiliser de médicaments sans prescription médicale.

Le nageur est encouragé à avoir une bonne hygiène de vie : s'hydrater, manger équilibré et se coucher à heure décente. A ce titre, les sucreries, glaces ou autre aliment type barres chocolatées (Mars, ...) sont interdits lors des entraînements, stages et compétitions. Les barres de céréales, les fruits frais et les fruits secs sont fortement recommandés.

3. Vie du club

Le nageur et ses parents s'engagent à s'impliquer dans la dynamique du club.

Ils sont présents aux assemblées générales ordinaires, aident au fonctionnement, à l'organisation des événements sportifs et autres manifestations du club.

4. Comportement général du nageur

**Le groupe est un facteur important de la performance.
Le respect mutuel est donc la règle de la vie en groupe.**

Le nageur a obligation de se fixer un objectif réalisable en début de saison, en concertation avec l'entraîneur. Une fois cet objectif atteint, il a le devoir de s'en fixer un nouveau, plus ambitieux que le précédent.

Le nageur doit respect et politesse envers toute personne rencontrée. Dans le cadre sportif ou non **il est le premier étendard du club et doit en montrer une image positive.**

Le nageur doit s'investir à l'entraînement et explorer ses limites afin de performer en compétition. Le travail et la rigueur sont de mise tant lors des séances que des compétitions.

Le nageur a le devoir de franchise envers soi-même, ses équipiers, son entraîneur et ses parents.

Le nageur a le devoir de modestie. Il ne doit pas s'estimer supérieur aux autres. Même au sommet de la hiérarchie, il doit respecter ses adversaires et ses partenaires.

Le nageur doit être capable de contrôler ses humeurs. Il a le devoir de non-violence.

Le nageur a le devoir d'encourager, de soutenir et d'aider ses coéquipiers, peu importe le degré d'amitié ou de connaissance.

5. Comportement dans les vestiaires

Dans les vestiaires et sous les douches, le nageur est sous la responsabilité de ses parents.

En pratique, il est rarement surveillé par un adulte. Il se doit d'adopter un comportement irréprochable.

Les vestiaires ne servent qu'à se changer. Le nageur n'a pas à y stationner plus longtemps que le strict nécessaire.

Tout chahut y est strictement prohibé et pourra être vecteur de sanction.

6. Entraînement

La régularité à l'entraînement est la pierre angulaire de la performance sportive.

La fréquence des entraînements est déterminée par l'entraîneur en fonction du niveau et de la catégorie d'âge du nageur.

Le nageur doit participer à l'ensemble des entraînements correspondant à son niveau de pratique. Le non-respect du planning d'entraînement peut entraîner la rétrogradation dans un groupe inférieur ou le retrait du nageur du pôle natation course.

Toute absence lors des entraînements doit être justifiée par écrit, par le responsable légal dans les groupes Kids, Relève et Espoirs. Par le nageur lui-même dans les groupes Performance, Excellence et Maîtres.

Pour un retard non justifié, le nageur ne sera pas autorisé à prendre part à l'entraînement.

Les parents, même bénévoles, ne peuvent accéder au bord du bassin pendant les entraînements, sauf exception déterminée par l'entraîneur.

Le bonnet du club est obligatoire durant tous les entraînements, stages et compétitions. Une marge est laissée lorsque le club est le seul présent au stade nautique de Colmar.

7. Compétitions

Le nageur en s'engageant dans un groupe compétition participe automatiquement à celles-ci. Il y sera systématiquement engagé par l'entraîneur.

Elles sont définies par l'entraîneur en fonction de la planification. Un planning sera établi dès lors que tous les calendriers seront connus. Cependant, des aménagements pourront être effectués au cours de la saison (ajout, remplacement ou suppression d'une compétition ...).

Les interclubs (toutes catégories, jeunes et avenir) sont les compétitions les plus importantes pour le club. Ne pas y participer pourra entraîner la rétrogradation dans un groupe inférieur ou le retrait du nageur du pôle natation course.

Le responsable légal doit avertir l'entraîneur d'une éventuelle absence à une compétition, et cela le dimanche précédent ladite compétition au plus tard.

Au-delà de cette échéance les frais engagés par le club devront être remboursés (engagements et forfaits) le certificat médical ne sera pas pris en compte.

Le nageur représente son club. A ce titre il doit porter une tenue décente, ainsi que celle du club au bord du bassin. Le t-shirt du club est obligatoire, il est vendu sur le site partenaire nataquashop.com où d'autres articles floqués sont également disponibles.

Le bonnet de compétition du club est obligatoire durant les épreuves, ainsi que le bonnet d'entraînement lors des échauffements. Chaque nageur se verra remettre un bonnet réservé à la compétition en début de saison, s'il ne le possède pas déjà.

L'achat d'une combinaison de compétition est conditionné à l'accord de l'entraîneur.

Le nageur recherche la performance. Il représente son club, son département, sa région ou son pays. Il doit faire honneur par son engagement et son esprit sportif, et respecter les couleurs sous lesquelles il évolue.

Les parents peuvent assister aux compétitions. L'esprit de groupe et d'équipe étant privilégié, ils ne peuvent, sauf exceptions, passer l'intégralité de la compétition avec leurs enfants. Les nageurs pourront aller les voir une fois les épreuves, le débriefing avec l'entraîneur et la récupération terminés.

Différents montants d'engagements sont pris en charge par le club en fonction des groupes. Le détail est disponible sur le site internet du club.

Aucun frais de déplacement n'est pris en charge par le club pour les nageurs (sauf championnats nationaux et internationaux pour les Maîtres). Lors des déplacements en minibus, les nageurs s'acquitteront de la somme de 5€ par journée, peu importe le trajet.

8. Matériel

Le nageur doit se présenter à l'entraînement ou en compétition avec le matériel adéquat. Il doit être en possession de l'ensemble du matériel 1 mois au plus après la reprise des entraînements. Une liste sera communiquée à chaque inscription.

Le matériel doit être marqué lisiblement du nom du nageur et rangé dans un filet aéré. Le matériel devra être convenablement rangé dans l'endroit prévu à cet effet.

Lorsque du matériel est mis à disposition du nageur par le club ou la municipalité, le nageur en prend soin et le restitue dès la fin de l'entraînement. Une dégradation du matériel pourra être facturée.

9. Stages

Le planning des stages est établi en début de saison une fois les calendriers sportifs connus. Ils permettent d'optimiser la préparation aux échéances. **Le nageur a donc obligation d'y participer, au même titre que les entraînements et les compétitions.**

Certains stages peuvent avoir lieu hors Colmar, en France ou à l'étranger. La mise en place de stages extérieurs n'est pas une obligation. Ils ont pour but de compléter le travail de la saison sportive.

Ils sont destinés aux nageurs qui remplissent déjà les conditions normales d'entraînement et pour qui une surcharge de travail pourra être bien assumée physiquement et psychologiquement.

La part à payer lors des stages extérieurs sera déterminée en fonction du coût de ce dernier, et communiquée à l'avance. Un paiement échelonné sera possible.

EXEMPLAIRE A CONSERVER

Engagement du nageur

Je, soussigné....., déclare avoir lu attentivement et compris la charte du compétiteur.

J'adhère à ces principes dont je comprends l'importance pour ma réussite sportive et m'engage à les respecter.

J'ai conscience que je suis un acteur à part entière de la vie des SR Colmar Natation.

Fait à....., le.....

Signature

Engagement des parents/responsables légaux (Si nageur mineur)

Je, soussigné....., déclare avoir lu attentivement et compris la charte du compétiteur.

J'adhère à ces principes et je soutiens dans sa démarche sportive.

J'ai conscience que les SR Colmar est une association qui ne peut vivre sans la participation de chacun. Je m'engage donc à respecter le travail des éducateurs sportifs et l'investissement des bénévoles de l'association.

Fait à....., le.....

Signature

EXEMPLAIRE A DESTINATION DU CLUB

Engagement du nageur

Je, soussigné....., déclare avoir lu attentivement et compris la charte du compétiteur.

J'adhère à ces principes dont je comprends l'importance pour ma réussite sportive et m'engage à les respecter.

J'ai conscience que je suis un acteur à part entière de la vie des SR Colmar Natation.

Fait à....., le.....

Signature

Engagement des parents/responsables légaux (Si nageur mineur)

Je, soussigné....., déclare avoir lu attentivement et compris la charte du compétiteur.

J'adhère à ces principes et je soutiens dans sa démarche sportive.

J'ai conscience que les SR Colmar est une association qui ne peut vivre sans la participation de chacun. Je m'engage donc à respecter le travail des éducateurs sportifs et l'investissement des bénévoles de l'association.

Fait à....., le.....

Signature