



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

ACCÈS AUX ENTRAÎNEMENTS

→ Horaires

Les horaires et jours d'entraînement sont fixés annuellement et indiqués lors de l'inscription. En fonction des impératifs fixés par la direction de la Piscine, certains horaires peuvent être modifiés ou annulés en cours d'année (compétitions, jours fériés etc....).

Les séances ont lieu de la mi-Août au 31 juillet. Des stages sportifs sont systématiquement organisés pour les groupes compétition lors des vacances scolaires, et revêtent un caractère obligatoire.

→ Accès aux installation

L'accès au bassin s'effectue impérativement par les tripodes grâce à la carte individuelle distribuée en début de saison.

Des vestiaires collectifs sont prévus spécifiquement pour les nageurs. Il faut se conformer au vestiaire défini dans le tableau présent au point 3.

La carte d'accès sera distribuée contre un chèque de caution de 5€. Ce dernier sera encaissé en cas de perte de la carte, et un nouveau chèque de caution sera alors demandé. Les chèques non utilisés seront rendus au retour de la carte en fin de saison.

Toute carte non restituée verra l'encaissement du chèque de caution.

RÈGLEMENT SPORTIF

→ Formation

Le club s'engage dans les formations initiales et continues de l'encadrement, des officiels et des bénévoles.

→ 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, 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.

→ 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 de moins de 3 mois. Il 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 : manger équilibrer et se coucher à heure décente. A ce titre, les sucreries, glaces ou autre aliment type barres chocolatées (Mars, ...) sont interdits lors des compétitions. Les barres de céréales et les fruits secs sont fortement recommandés.



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

➔ 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 l'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 respecter et être poli envers les dirigeants, les officiels, les entraîneurs, les autres nageurs et leurs parents, ainsi qu'aux personnels des installations sportives.

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 ses équipiers, son entraîneur et ses parents. Il a le devoir de modestie et ne doit pas s'estimer supérieur aux autres. Même au sommet de la hiérarchie, il doit respecter ses adversaires.

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.

➔ Comportement en compétition et dans les vestiaires

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.

Dans les vestiaires et sous les douches, le nageur mineur 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.

➔ Entraînement

La régularité à l'entraînement est la pierre angulaire de la performance sportive. La fréquence hebdomadaire des entraînements est déterminée par l'équipe technique en fonction du niveau et de la catégorie d'âge du nageur.

	Entraînements		Entraînements
Formation	3 possibles 2 Obligatoires	Départ.	2 possibles 2 obligatoires
Espoirs	6 possibles Année 1 : 3 obligatoires Année 2 : 4 obligatoires Année 3 : 5 obligatoires	A'	5 possibles 4 obligatoires
		A	11 possibles J1/J2 : 8 obligatoires J3+ : 10 obligatoires hors sect. : 7 obligatoires



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

Le nageur doit participer à l'ensemble des entraînements correspondant à son niveau de pratique. Le non-respect du planning entraînera la rétrogradation ou le retrait du nageur du groupe dans lequel il évolue.

Toute absence doit être justifiée par écrit par le responsable légal. **3 absences non justifiées sont tolérées par mois.** En cas de retard non justifié à l'avance, il sera impossible de prendre part à l'entraînement et l'absence sera considérée comme non justifiée. Le dépassement des 3 absences entraîne la rétrogradation du nageur ou son retrait du groupe dans lequel il évolue.

L'accès au bord du bassin est réservé aux nageurs et aux entraîneurs.

➔ Compétitions

Le club prend en charge les engagements aux compétitions inscrites au calendrier validé par les entraîneurs, ainsi qu'une grande partie des frais nécessaires à la bonne tenue des déplacements.

Le nageur s'engage à participer aux compétitions pour lesquelles il est qualifié ou sélectionné et aux compétitions par équipe. Étant un compétiteur, **elles sont obligatoires.**

La qualification à un championnat Départemental, Régional, National ou une sélection dans une équipe se doit d'être honorée. A ce titre, la participation y est **également obligatoire.**

2 absences de participation aux compétitions pour lesquelles il est sélectionné entraîne la rétrogradation du nageur ou son retrait du groupe dans lequel il évolue.

Tout forfait non justifié par un certificat officiel (médical, ...) provoquera la facturation des engagements non nagés.

Les compétitions sont définies par l'entraîneur responsable 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. Des zones d'engagement libre seront déterminées. Les nageurs pourront s'engager où bon leur semble mais le feront à leurs frais.

Le nageur représente son club. A ce titre il doit porter la tenue du club au bord du bassin (au minima le t-shirt). Un pack vêtement est proposé lors des inscriptions. La tenue est obligatoire sur toute remise de récompense.

Le bonnet du club est obligatoire durant les compétitions. Chaque nageur se verra remettre un bonnet réservé à la compétition en début de saison. Les suivants seront facturés **5€.**

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

Il sera demandé une participation aux compétitions nécessitant des nuitées. Elle est fixée comme suit, par nageur :

1 nuitée : 25 €
4 nuitées : 70 €

2 nuitées : 40 €
5 nuitées : 80 €

3 nuitées : 50 €
6 nuitées : 100 €

Pour les repas lors des compétitions sans nuitée, une participation de 10 € est demandée, payable en amont de la compétition.

Les paiements devront se faire par Weezevent jusqu'à la veille de la compétition. Le club pourra exceptionnellement accepter un oubli mais un manquement de paiement 48h après la compétition entraînera l'annulation de la prochaine compétition du nageur/nageuse.



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

RÈGLEMENT SPORTIF

➔ Stages

Le planning des stages est établi en début de saison selon le calendrier sportif. 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 Brive, en France ou à l'étranger. La mise en place de stages extérieurs n'est pas une obligation et est soumise à sélection de la part du staff technique. 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.

Une participation financière sera demandée pour chaque stage hors Brive. 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 est possible.

Stages		
Formation	1ère semaine de chaque vacances : 3 entraînements	Obligation : 100 %
Espoirs	Toussaint : 10j / Noël : 4j Hiver : 15j / Printemps : 10j Juillet : 15j / Août : 15j	Obligation : 100 % extérieurs : printemps
Départ.	1ère semaine de chaque vacances : 2 entraînement	Obligation : 0 %
A'	1ère semaine de chaque vacances : Avec A	Obligation : 100 %
A	Toussaint : 10j / Noël : 4j Hiver : 15j / Printemps : 10j Juillet : 15j / Août : 15j Possibilité de prise en charge à la journée pour les nageurs éloignés	Obligation : 100 % extérieurs : hiver / printemps



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

RÈGLEMENT SPORTIF

➔ Transport des compétiteurs

Le club prend en charge 100 % du transport lors des compétitions ayant lieu hors départements 19/23/87/46/24.

Lors des compétitions ayant lieu dans les départements 19/23/87/46/24, et hors cas exceptionnel, le transport doit être assuré par les parents, en covoiturage.

A ce titre, un chèque de caution de 50€ par nageur est demandé lors des inscriptions.

- Le parent ne demande pas au CNB de gérer le transport de son(ses) enfant(s) de toute la saison : le chèque sera restitué en fin de saison
- Le parent demande au CNB de gérer le transport de son(ses) enfant(s) par un covoiturage :
 1. Si le parent participe au minimum en réalisant 2 covoiturages dans la saison : le chèque sera restitué en fin de saison.
 2. Si le parent ne réalise pas plus de 2 covoiturages dans la saison : le chèque sera encaissé par le CNB en fin de saison.

Il est donc important de vous inscrire lors des déplacements en covoiturage afin que le club puisse faire le suivi. Le lien de covoiturage sera systématiquement communiqué sur la page de la compétition sur le site du club, et par mail.

En fin de saison, un CERFA pourra être délivré pour les kilomètres effectués (sous présentation des justificatifs des déplacements et des noms des enfants covoiturés).

De plus, le club prend à sa charge la restauration du midi (sauf organisation de pique-nique) du parent faisant le covoiturage.

➔ 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 pour chaque groupe.

Le matériel doit être marqué lisiblement du nom du nageur et rangé dans un filet aéré. Le matériel devra être convenablement rangé dans l'armoire mise à disposition.

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.

Liste du matériel par groupe :

A / A'	ESPOIRS	FORMATION	DEPARTEMENTAL
Filet à matériel	Filet à matériel	Filet à matériel	Filet à matériel
Planche / palmes	Planche / palmes	Planche / palmes	Planche / palmes
Tuba frontal / pull-buoy	Tuba frontal / pull-buoy	Tuba frontal / pull-buoy	Tuba frontal / pull-buoy
Fingers et grandes plaquettes	Fingers plaquettes	Gourde	Fingers et grandes plaquettes
Gourde	Gourde		Gourde
Corde à sauter			
Elastique d'échauffement			

Le non-respect de ce présent règlement ou tout manquement à l'éthique ou au respect des installations et des personnes pourra entraîner l'exclusion du groupe ou du club.



REGLEMENT INTERIEUR - TEAM CNB

RÔLE DES PARENTS

➔ **Si les enfants doivent grandir et se développer dans leur sport ou leur activité physique, ils doivent le faire dans un environnement de communication positive et de respect. Les parents d'enfants/athlètes se doivent d'observer le code de conduite suivant. L'information est tirée d'un manuel publié par le Centre canadien pour l'éthique dans le sport (CCES).**

- Je me souviendrai que mon enfant participe au sport pour s'amuser et non pour me faire plaisir.
- J'apprendrai à mon enfant à respecter les règles et à régler les conflits sans avoir recours à l'hostilité ou à la violence.
- J'apprendrai à mon enfant qu'il est plus important de faire de son mieux que de gagner afin que mon enfant ne se sente pas déçu du résultat ou d'une performance.
- Je féliciterai mon enfant d'avoir concouru de façon équitable et d'avoir travaillé fort, et je ferai en sorte qu'il se sente un gagnant.
- Je ne ridiculiserai pas mon enfant ni ne crierai après lui s'il commet une erreur ou perd la confrontation/compétition.
- Je me souviendrai que c'est par l'exemple que les enfants apprennent le mieux. J'applaudirai les bonnes performances tant de mon enfant que de ses adversaires.
- Je ne forcerai pas mon enfant à participer au sport contre sa volonté.
- Je ne mettrai jamais en doute le jugement ou l'honnêteté d'un officiel en public.
- Je soutiendrai toutes les démarches pour supprimer la violence verbale et physique des activités sportives des enfants.
- Je montrerai respect et appréciation aux entraîneurs, officiels et dirigeants qui donnent de leur temps pour offrir à mon enfant des activités sportives. Je sais cependant qu'il m'incombe de participer aussi au développement de mon enfant.

Signature de la nageuse ou du nageur
(précédé de la mention "lu et approuvé")

Signature du responsable légal
(précédé de la mention "lu et approuvé")