

Charte du « nageur-citoyen »



Il est souvent dit que le sport est l'école de la vie et des valeurs. A travers cette charte, nous souhaitons transmettre des valeurs citoyennes aux adhérents de l'association :

- Apprendre le respect des autres pratiquants, éducateurs, des bénévoles, des dirigeants, des jurys
- Respecter les équipements
- Respecter les règlements (de l'établissement, du club, de l'éducateur)

Bien que la natation soit basée sur l'individualité, il est essentiel de maintenir un esprit sportif dans l'eau et aux abords des bassins entre les nageurs et tous les acteurs de la vie associative. L'entente sportive au sein du club est un signe de politesse envers l'ensemble des membres.

La pratique de la natation est pour les jeunes un moyen d'épanouir leur personnalité dans les dimensions sociales et sportives. Ainsi, les différentes activités de l'Aquatic Club de Cherbourg en Cotentin doivent se dérouler harmonieusement et dans le respect de tout un chacun.

Avant l'entraînement :

Je dis bonjour à l'entraîneur, aux personnels de la piscine, aux parents et aux autres nageurs

Je respecte les horaires fixés.

Lorsque j'arrive en retard, je m'excuse auprès de mon entraîneur. Si les retards sont répétés, une sanction peut être mise en place.

Je prends tout le matériel nécessaire à l'entraînement : bonnet, lunette, gourde, planche, pull-boy, palmes.

Je m'échauffe à sec au bord du bassin pendant 10 minutes avant la séance.

Je m'excuse 1 heure avant l'entraînement auprès de mon moniteur en cas d'absence.

Pendant l'entraînement :

J'ai une concentration maximale.

J'écoute attentivement et applique les consignes de mon entraîneur.

Je respecte mon entraîneur, mes camarades, le personnel de la piscine.

Je prends soin du matériel mis à disposition.

Je donne le meilleur de moi-même.

Après l'entraînement :

Je fais 5 à 10 minutes d'étirements.

Je range tout le matériel correctement.

Je dis au revoir à l'entraîneur, aux personnels de la piscine, aux parents et aux autres nageurs.

En début de saison :

Je réserve les tests, les meetings selon la planification remise par mon entraîneur.

Je fixe avec mon entraîneur un but ambitieux mais réalisable et j'essaye de l'atteindre; une fois le but atteint, je me fixe un autre but plus ambitieux que le précédent.

J'ai pris connaissance du règlement de piscine.

Lors d'une prise de temps ou d'une compétition :

Je donne le meilleur de moi-même.

J'ai une concentration maximale.

J'écoute attentivement et applique les consignes de mon entraîneur.

Je respecte mon entraîneur, mes camarades, le jury.

Je respecte les horaires fixés.

Je prends tout le matériel nécessaire.

Je m'échauffe dans le bassin avant la compétition et à sec avant la course.

J'encourage tous les nageurs de mon club lors des compétitions individuelles et par équipe.

Je suis avec l'ensemble du groupe sportif pendant les repas et les manifestations.

Je n'utilise pas mon téléphone portable pendant les repas et les pauses.

J'accepte les sanctions sportives (amende, relégation dans un groupe inférieur, exclusion, etc..) si mon comportement n'est pas en adéquation avec la Charte.

Vie associative:

En cas de demande des entraîneurs, des dirigeants, ou de mon plein grès :

Je peux être amené à réaliser des actions bénévoles.

Je peux aider à l'organisation d'une compétition.

Je peux soutenir les éducateurs à l'encadrement des groupes.

Je peux proposer des actions pour financer des activités sportives (stages par exemple).

Je m'engage à respecter les principes de cette Charte.