

# Club des Vikings de Rouen

## Contrat moral du nageur loisirs

### Objectifs:

- La filière loisirs du Club des Vikings de Rouen a pour objectif de permettre aux nageurs et nageuses n'ayant pas les capacités ou ne souhaitant s'astreindre à un entraînement de haut niveau, de pratiquer la natation sérieusement et de progresser au maximum de leurs possibilités et de leur investissement.

### Condition d'admission des sportifs:

- Une liste est établie en début de saison, dans les différents groupes de niveau ou de catégories d'âge, en fonction des résultats de la saison précédente. Il est ensuite impératif de se soumettre aux exigences d'entraînement de ces différents groupes.

### Condition de maintien:

- Identique aux conditions d'admission.

### Obligations :

#### **1- Entraînement**

- La présence et la ponctualité à toutes les séances de votre groupe sont obligatoires. Toute absence devra être justifiée par un motif sérieux.
- La simple présence à l'entraînement n'est pas suffisante. Il s'agit de s'investir pleinement et de prendre l'entraînement à son compte pour réussir.
- Il est indispensable de posséder son matériel complet (pull, palmes type zoomer, plaquettes, planche et élastique ou ceinture pour les chevilles) et en bon état à toutes les séances.
- L'entraînement ne se limite pas à la piscine, il est nécessaire de respecter une hygiène de vie compatible avec la charge de travail (repos, sommeil, étirements, hydratation, diététique...).

#### **2- Compétition**

- Toutes les compétitions sont obligatoires à partir du moment où le nageur a donné son accord de participation (sauf les différents championnats interclubs où la présence est incontournable). En cas de forfait les droits d'engagement et les éventuels amendes seront à la charge des familles.
- Un calendrier des compétitions est donné en début d'année mais il pourra évoluer en fonction des qualifications et des différentes sélections.
- Toutes les compétitions doivent être abordées avec le maximum de sérieux et le désir de performer quel que soit son niveau de préparation.
- Les modalités d'échauffement à sec et dans l'eau, des analyses de course et de la récupération sont à respecter scrupuleusement selon les consignes de l'entraîneur.
- Le port de l'équipement club minimum est obligatoire dans l'enceinte de la piscine (voir fiche spécifique en annexe). Tout le matériel sportif (hormis les lunettes ou les plaquettes) doit être de marque Arena aussi bien en compétition qu'à l'entraînement.

- Les nageurs ne figurant pas sur la liste des séries nationales séniors, juniors, cadets ou minimes devront s'acquitter d'une participation financière à l'occasion de chaque compétition nécessitant repas et ou hébergement soit 8 € par repas et 15 € par nuit. Cette participation est à régler avant le départ en compétition.
- L'usage du téléphone portable est à limiter d'une manière générale et même à proscrire totalement aux moments des repas et après 22 h le soir. Il en est de même pour les ordinateurs portables qui n'ont pas lieu d'être emmenés dans les déplacements de courte durée (1 à 2 nuits).

### **3 - Matériel et locaux**

- Le respect des locaux et du matériel (y compris les minibus) est une priorité incontournable.
- Le règlement général concernant l'hygiène et la sécurité en vigueur dans les piscines s'impose à tous les membres du Club des Vikings.
  - La ville de Rouen fournit au club des locaux notamment salle de musculation, salle de réunion ou d'études, vestiaires avec casiers individuels... Ceux-ci sont mis à disposition des nageurs du groupe élite et quelques uns du groupe formation dont les noms sont affichés à l'entrée du club.
- Afin de faciliter l'entretien de la piscine :
  - \* le matériel de natation est rangé dans les bacs prévus à cet effet,
  - \* les papiers divers, les détritiques, les bouteilles d'eau vides ou pleines sont jetées dans les poubelles chaque jour,

### **4 – Bizutage**

- Il est rappelé que ces agissements sont absolument interdits que ce soit sans ou avec le consentement de celui qui en est l'objet. Des sanctions disciplinaires graves seront prises à l'égard des personnes qui organisent, encouragent, facilitent un bizutage ou s'abstiennent de toute intervention pour l'empêcher.
- Le délit de bizutage est défini dans le code pénal comme étant le fait pour une personne d'amener autrui, contre son gré ou non, à subir ou à commettre des actes humiliants ou dégradants lors de manifestations ou de réunions quel que soit le lieu ou elles se déroulent.

### **5 – Dopage**

- Tout nageur contrôlé positif à une substance illicite fera l'objet d'une exclusion du club à titre conservatoire jusqu'au prononcé de la sanction officielle.
- Les nageurs suivant un traitement médical susceptible de comporter des produits figurant sur la liste des spécialités interdites (traitement de l'asthme, etc...) doivent obligatoirement déposer un dossier médical auprès de la FFN (voir avec l'entraîneur).
- La liste des produits dopants est disponible sur le site <http://www.santesport.gouv.fr>. L'usage du tabac et alcool ou de tout autre drogue licite ou non est également à proscrire totalement.

### **6 – Contrôle médical**

- Conformément à la loi, le contrôle médical est organisé et pris en charge par la fédération française de natation et l'état pour les nageurs répertoriés sur la liste des athlètes de haut niveau ou inscrits en Pôle ou en CREF. L'organisation et la charge du suivi médical des autres nageurs incombent aux autres familles qui peuvent

contacter l'Institut Régional de Médecine du Sport au CHU de Bois Guillaume 02 32 88 92 05.

## **7 – Comportement général**

- Vous devez adopter en permanence :
  - \* le respect et courtoisie à l'égard de l'encadrement du club et du personnel municipal,
  - \* le respect absolu des décisions des juges et arbitres en compétition,
  - \* l'interdiction de comportements fondés sur la violence, la discrimination ou l'intimidation
  - \* une tenue exemplaire lors des déplacements extérieurs au club (compétitions, stages,...) quel qu'en soit le lieu (hôtels, bassins nautiques, terrains ou salles de sport, transports,...)
  - \* un comportement en accord avec la morale et l'éthique sportives.
- Les relations entre garçons et filles (notamment pour les mineurs) sont à proscrire dans le cadre des pratiques du club (entraînements, stages, compétitions etc...).

## **8 – Procédure disciplinaire**

- Le non respect du présent règlement intérieur pourra déboucher sur une des sanctions précisées ci-dessous et même en cas de manquement grave entraînera la saisie d'une commission de discipline composée d'un membre du comité directeur du club et du directeur sportif.
- Sanctions disciplinaires possibles :
  - \* l'avertissement
  - \* le blâme
  - \* la suspension temporaire
  - \* l'exclusion définitive du club.

Fait à Rouen le

Signature du nageur :  
(Mention lu et approuvé)

Signature des parents (pour les mineurs) :  
(Mention lu et approuvé)