



## **CHARTRE DU NAGEUR**

### **Groupe 1 et Groupe 2**

Afin de préserver une ambiance de travail favorable à tous les licenciés, le CNR a décidé d'instaurer une charte du Nageur. Elle fixe les règles de bon fonctionnement que doit respecter chaque nageur, pour permettre l'épanouissement de tous.

#### 1. Engagement

- J'ai décidé de me licencier pour la saison à venir au Cercle des Nageurs Rochois. Cela signifie que je prends un engagement vis-à-vis de mon club, de l'ensemble de ses membres et de l'entraîneur.
- J'ai conscience que le Cercle des Nageurs Rochois est un club de natation estivale, dont l'objectif essentiel est de me préparer à la compétition tout en gardant le plaisir de nager.
- Je confirme, ainsi que mes Parents, avoir pris connaissance du règlement intérieur qui m'est remis ce jour.

#### 2. Comportement dans les vestiaires

Dans les vestiaires et sous les douches, le nageur 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 débordement y est strictement prohibé et pourra donné lieu à des sanctions.

#### 3. Entraînement

Le nageur s'engage à arriver 15 min avant le début de l'entraînement pour être à l'heure au bord des bassins, et à s'entraîner à la fréquence fixée par son entraîneur en fonction de son niveau et de sa catégorie d'âge.

Le nageur se doit d'avoir une attitude exemplaire lors des entraînements : il est là pour nager et progresser, pour donner le meilleur de lui-même. Il écoute les consignes de l'entraîneur et les applique au mieux.

Les parents ne peuvent accéder au bord du bassin pendant les entraînements.

#### 4. Compétitions

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

Chaque nageur s'engage à faire au moins **4 compétitions** en fonction du calendrier établi en début de saison. Les nageurs de la catégorie Avenirs s'engagent à faire au moins **2 compétitions**.

Un chèque de caution de 100 euros sera encaissé en cas de non participation aux compétitions.

Le nageur représente son club. À ce titre il doit porter une tenue décente, ainsi que celle du club au bord du bassin, porter le bonnet du club, encourager les nageurs de son club.

Le bonnet du club est obligatoire durant les épreuves.

Le port du tee-shirt du club est obligatoire sur le podium.

#### 5. Vie du club

Le club repose sur une forte cohésion de groupe, je m'engage à participer à la vie du club et aux événements qui sont organisés (soirées du club, sortie de groupe...)

J'aide à la tenue du bar sur les mois de mai et juin (pour les +16 ans) en aidant au moins une ½ journée.

#### **Code de conduite du jeune nageur :**

Je donne le meilleur de moi-même.

Je suis à l'heure aux entraînements.

Je suis attentif aux consignes des entraîneurs et des assistants club.

J'accepte les décisions de mon entraîneur quant au choix des nages et la composition des équipes.

Je respecte tous les officiels lors des compétitions et j'accepte leurs décisions.

Je respecte les lieux, les installations et je laisse propre chaque endroit où je me trouverai.

J'aide à ranger le matériel après les entraînements.

Je suis respectueux et poli (bonjour, au revoir, merci ...).

Nom et prénom .....

Date : .....

Signature :