

# CONTRAT DE L'ATHLÈTE

## CODE DE CONDUITE

En m'inscrivant au CNRB je m'engage à:

- Écouter et exécuter les consignes de mon entraîneur
- Respecter les autres nageurs et les entraîneurs
- Mettre l'effort exigé par l'entraîneur lors des entraînements
- Ne pas déranger le groupe pendant l'entraînement
- Arriver à l'heure aux entraînements et ne pas partir avant la fin, à moins d'une excuse valable
- Être présent à tous les entraînements, à moins d'une excuse valable
- Avoir mon équipement avant le début de l'entraînement
- Rester calme dans les vestiaires et sur le bord de la piscine
- Rester à la maison si mon état de santé ou ma condition physique m'empêche de nager

**Après avertissements, les entraîneurs ont l'autorité d'agir de la façon suivante si les engagements ne sont pas respectés (les procédures peuvent être accélérées si le comportement est jugé grave):**

1. Faire asseoir le nageur sur le bord de la piscine
2. Sortir le nageur de l'entraînement
3. Suspension pour une semaine avec avis écrit
4. Expulsion du club sans remboursement

## **ENTRAÎNEMENTS**

La régularité aux entraînements est importante pour la progression et la performance. Tous les nageurs inscrits au club sont tenus de faire preuve d'assiduité tout au long de la saison.

- Chaque nageur doit maintenir un taux de participation aux entraînements compris entre 80 % et 90 % sur l'ensemble de la saison.
- La présence régulière témoigne de l'engagement du nageur envers son groupe, ses entraîneurs et ses objectifs personnels.

## COMPÉTITIONS

Le calendrier ainsi que les standards des compétitions sont publiés en début de saison sur le site officiel du club. Il est de la responsabilité de chaque nageur, ou de son parent, de les télécharger et d'en prendre connaissance.

Ce sont les entraîneurs qui décident quand un nageur est prêt à débiter les compétitions. Ils sélectionnent également les épreuves pour chaque nageur.

Le nageur est considéré comme participant à une compétition **DÈS QU'UNE CONVOCATION LUI EST ACHEMINÉE PAR COURRIEL**. Il est donc de la responsabilité du nageur (et de son parent) d'aviser l'entraîneur sur le champ s'il ne peut pas participer. Si l'inscription n'est pas retirée dans un certain délai avant la compétition, le Club reçoit tout de même la facture pour les nageurs absents et refilera cette dernière au nageur n'ayant pas signifié son absence à temps.

### Tenue obligatoire en compétition

Tous les nageurs participants aux compétitions se doivent de respecter les consignes suivantes:

- Porter leur **casque de bain du CNRB** lors des réchauds et des épreuves
- Le **port du maillot du club CNRB** est obligatoire pour tous les nageurs de niveau régional lors des compétitions régionales et à la finale régionale de l'ANQCA.
- Porter leur **t-shirt du CNRB** et/ou leur kangourou du CNRB

La participation à la **Finale Régionale** et au **Festival par équipe** est obligatoire pour tous les nageurs **ayant été sélectionnés**, afin de représenter fièrement le club et contribuer à l'esprit d'équipe.

J'ai lu et compris le **Code de conduite**, les **règles d'entraînement et de compétition**, **et j'accepte** ces conditions en inscrivant mon nom ci-dessous :

Nom du nageur : \_\_\_\_\_

Signature du parent (si mineur) : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_