CHARTE DE BONNE CONDUITE – REGLEMENT INTERIEUR
ECOLE TRIATHLON MANOSQUE SAISON 2024

Ce règlement intérieur a pour objet de préciser les principaux droits et devoirs de tous les membres mineurs de l'école du Triathlon MANOSQUE mais aussi présenter le projet pour l'année 2024.

Les licenciés et/ou leur représentant légal, s'engagent à respecter les principes fondateurs du présent règlement.

La prise ou le renouvellement de la licence au sein du club implique l'acceptation des règles de vie et d'éthique du présent règlement.

I - Modalités de prise de licence

- La licence ne sera validée qu'après la remise par le jeune triathlète de :
  - la demande de licence datée et signée,
  - le certificat médical, le cas échéant,
  - le règlement de la cotisation,
  - la fiche « engagements et autorisations diverses saison 2024 » datée et signée,
- L'inscription définitive d'un nouvel athlète fera l'objet de tests en natation (50m ventral-dorsal) et vélo route (pilotage & niveau minimum) validant son aptitude et son intégration dans un des groupes de notre école.
- Un licencié ne souhaitant pas pratiquer une des disciplines (ex : natation, vélo route...) sera accepté. Néanmoins, ce licencié s'expose à ne pas pouvoir intégrer ces entrainements en cours de saison si l'encadrement estime que le niveau de l'athlète dans la discipline perturbe la progression du groupe.

II. Entraînements

A. Généralités

- L'accès aux entraînements est strictement réservé aux licenciés du club, sauf accord exceptionnel du Comité Directeur.
- Le triathlète respecte ses entraîneurs/encadrants ainsi que ses camarades de club, afin que les entraînements et les compétitions se déroulent dans la meilleure ambiance possible.
- Le triathlète sera attentif au bon usage du matériel et des locaux mis à sa disposition en natation, en cyclisme et en course à pied. Pour le bon déroulement des séances d'entraînement, les **horaires convenus seront respectés**. Il dégage la responsabilité du club en cas de perte ou de vol de son matériel personnel.
- Les parents s'engagent à venir chercher leur enfant à l'horaire de fin d'entrainement prévu. En aucun cas l'entraîneur n'est responsable de l'enfant après l'heure prévue de fin d'entraînement.
- L'assiduité aux entraînements est indispensable pour assurer le bon déroulement de la vie du groupe et garantir une progression constante de l'athlète (sauf cas de force majeure, blessures par exemple) ainsi que sa sécurité.
- L'exclusion éventuelle de l'athlète d'un des groupes (manque d'assiduité, comportement inadapté…) ne concernerait que l'école de triathlon, il ne perdrait pas les avantages liés à sa prise de licence.

B. Règles/consignes entrainements vélo :

- Le port du casque est obligatoire sur toutes les sorties cyclistes (stages, sorties communes...)
- Le vélo de route est obligatoire pour tous les entraînements des groupes sport, compétition & performance (catégorie minime à junior)
- Un VTT à vitesse est obligatoire pour les plus jeunes (mini-poussin à benjamins)
- Le triathlète doit prévoir son matériel de réparation, ses ravitaillements liquides et solides, et disposer d'un matériel en bon état (pneus, freins...). **L'accès à un entraînement vélo pourra lui être refusé pour matériel défectueux.**
- **Un athlète, en cas de niveau insuffisant ou de difficultés, pourra changer de groupe après concertation des entraineurs/encadrants et intégrer le groupe des plus jeunes (VTT).**

C. Règles/consignes entrainements natation :

- Les triathlètes doivent attendre l'accord de l'entraîneur pour entrer dans l'eau, ce qui sous-entend d'attendre celui-ci pour pénétrer dans les vestiaires et le bassin.
- Les consignes de sécurité seront respectées ainsi que la conduite de la séance dispensée par l'entraîneur.
- Chaque licencié est responsable du matériel « natation » prêté (Caution pour le filet de 15 €) par le club.

III. Engagements

En début de saison, sur la base du calendrier de la ligue FFTRI PACA, plusieurs compétitions (Bike and run, Duathlon, Triathlon, Aquathlon...) seront proposées en sorties club, les inscriptions seront prises en charge par le club.

Procédure inscription course :
Pour les compétitions proposées, le club inscrira les jeunes volontaires et règlera les frais d'inscription.

Vous recevrez un mail quelques jours avant vous demandant si vos enfants souhaitent y participer avec une **date limite et ferme de réponse.**

Il n'y aura pas de relance, ni de demande individuelle.

Pour que la demande d'inscription soit prise en compte, **vous devrez impérativement répondre au mail envoyé ou envoyer un message sur le groupe whatsapp de l'école.**
Aucune inscription ne sera faite sans ce mail réponse/retour ou ce message whatsapp.

Les inscriptions après cette date limite seront du ressort et à la charge des parents.

En cas de non-participation à la compétition sans motif valable, il sera demandé aux parents un remboursement de l'inscription payée par le club.
En cas d'annulation répétée, le club n'inscrira plus l'enfant.

IV. Ethique

Lors des compétitions, les triathlètes du Triathlon MANOSQUE s'engagent à prendre connaissance du règlement et des parcours de la course, à respecter le règlement de l'épreuve, les arbitres, les membres de l'organisation ainsi que les autres concurrents. Afin d'être fidèle à l'éthique sportive, ils s'engagent également à ne pas faire usage de produits illicites. En cas de prescription médicale, le triathlète et ses parents devront valider auprès du médecin que les médicaments prescrits ne figurent pas sur la liste des produits illicites (voir la liste des produits illicites sur : h p://www.santesport.gouv.fr/ et pour toutes informations n° vert « Ecoute Dopage » : 0 800 15 2000).

V. Sanction

En cas de faute grave et avérée, le Comité Directeur peut décider de sanctionner l'athlète pouvant aller du blâme à l'exclusion du club.

VI. Ecole de Triathlon

Afin d'assurer la conservation de notre label "Ecole de Triathlon*", très important pour la pérennité de notre école, il est demandé :

- A nos jeunes des groupes « sport » « compétition » et « performance » de participer à au moins un triathlon-duathlon en plus de celui organisé par le club.
- A chaque jeune des **catégories benjamins à juniors** de l'école de triathlon devra participer (sauf empêchement avéré) au test « class Tri » organisé par le club.
- Au sein de l'école, une section 6-13 ans (mini-poussins à benjamins) propose 3 séances hebdomadaires : CAP le mercredi, natation le vendredi et VTT le samedi.
- Une section 14-19 ans (minimes à juniors) propose 3 groupes (coût licence différent suivant groupe) afin de correspondre aux profils, aux niveaux et ambitions de nos licenciés :

1°) Un groupe « sport » qui proposera 2 séances CAP (lundi et vendredi), une séance natation le samedi (créneau 19h/20h) et une sortie vélo route (samedi matin)

2°) Un groupe « compétition » pour des jeunes plus impliqués et qui souhaitent nager 3 fois par semaine (mardi, jeudi et samedi créneau 19h/20h), 2 séances CAP (lundi et vendredi) et une sortie vélo route (samedi matin).

3°) Un groupe « performance » * qui doit permettre aux plus performants et motivés, avec des ambitions sportives (régionale, nationale) de s'épanouir et parvenir à leurs objectifs. Ainsi, leur seront proposé en plus des séances prévues dans le groupe « compétition », une séance supplémentaire le mercredi (à faire seul ou encadrée en CAP, vélo ou enchainements) ou encore d'un suivi plus encadré. **Obligation d'assiduité** pour faire partie de ce groupe !!! Un manque de régularité, ou un comportement qui nuirait au groupe entrainerait le basculement vers le groupe « compétition » !!! * (si public intéressé).

- L'école du Triathlon MANOSQUE pourra organiser un stage d'entrainement sur le secteur Manosquin au cours d'un week-end ou sur 4-5 jours durant les vacances scolaires, il sera demandé aux jeunes triathlètes inscrits pour ce stage de participer à l'ensemble des séances proposées (sauf empêchement avéré).

Important : ***Il sera demandé aux jeunes des groupes « compétition & performance » de se doter d'un compteur vélo et d'une montre pour la CAP****, l'idéal étant des outils de type GPS (chrono, distance, vitesse, cardio,). Des propositions/conseils d'outils au meilleur rapport qualité-prix vous seront indiqués en début de saison*

Les entraineurs se réservent le droit de garder le licencié sans matériel sur la séance mais comme suiveur, sans interférer sur le déroulement de la séance.

VII. Entraîneurs / éducateurs / encadrants

- Un programme d'entrainement sera établi par le responsable sportif de l'école et envoyé aux encadrants en charge des séances, à charge pour eux d'adapter les séances si nécessaire (conditions météo, état de forme des athlètes…).

Envoyé par courriel, il sera proposé sous forme de cycles de 3 semaines en tenant compte des compétitions programmées par le club, mais aussi selon les objectifs des membres du groupe « performance ».

- La communication se fera via « WhatsApp », chaque encadrant ayant en charge une séance étant responsable de sa gestion (annulation ou maintien).

<u>Les encadrants sont bénévoles, les athlètes de l'école ainsi que leurs responsables légaux s'engagent à respecter leur engagement.</u>

Pour cette saison 2023-2024, le club assume la totalité des entrainements (natation, vélo et course à pied), avec des entraîneurs et animateurs qualifiés pour proposer des séances de qualité à nos jeunes triathlètes.

Important : au cours des sorties vélo route proposées le samedi un renfort de triathlètes adultes membres du club pourra occasionnellement (régulièrement) être nécessaire (absence occasionnelle d'un encadrant) pour aider à l'encadrement de nos jeunes grâce à la pertinence de leurs conseils.

VIII. Communication Ecole Triathlon MANOSQUE - Parents

Le club et l'équipe encadrante utilisent comme moyen de communication principal avec les parents les groupes Whatsapp créés par le club :

- Un groupe Whatsapp « Informations Ecole Triathlon MANOSQUE » utilisé pour la communication des encadrants vers les parents, groupe verrouillé sur lequel ne seront envoyés que les informations liées à l'organisation des entrainements, des courses…au fonctionnement de l'école du Triathlon MANOSQUE
- Un groupe Whatsapp « Ecole du Triathlon MANOSQUE » sur lequel chaque membre pourra intervenir, transmettre des photos, prévenir de l'absence de l'athlète, poser des questions…

Le club recommande fortement l'inscription des athlètes ou de leurs représentant légaux aux groupes Whatsapp afin d'avoir accès en temps réel aux informations relatives aux entrainements (annulation, modification du lieu de départ des entrainements). En cas de non adhésion au groupes Whatsapp, les triathlètes ou leurs représentants légaux risquent de ne pas avoir les informations en temps utile.

L'envoi de mail est utilisé pour les informations générales, les sollicitations pour les inscriptions courses, informations envoyées à l'avance…

La bonne communication au sein du club et de l'école du Triathlon Manosque est soumise à la transmission d'une adresse mail valide consultée régulièrement et de coordonnées téléphoniques lors de la prise de licence.

IX. Participations financières aux épreuves & organisations

A. Les compétitions :

Plusieurs épreuves, inscrites au calendrier de la ligue FFTRI PACA, proposées par les encadrants de l'école du Triathlon MANOSQUE et validées par le Comité Directeur du club, seront prises en charge par le club.

Il en sera de même pour les triathlètes sélectionnés pour un championnat national. Dans cette hypothèse, le club accompagnera les parents sur les frais engagés pour le déplacement (dans la limite des conditions votées en CODIR), sur fourniture de justificatifs.

La mutualisation des frais et le covoiturage seront à privilégier si plusieurs jeunes devaient participer à un même championnat de France.

En cas de non-participation du triathlète après validation de l'inscription, sans motif valable, il sera demandé le remboursement des frais d'inscription.

En cas d'annulation ou de non-participation répétée après inscription du triathlète, l'école du Triathlon MANOSQUE se réserve le droit de ne plus inscrire l'athlète sur les compétitions proposées.

B. Stages :

Une participation financière sera demandée aux parents pour les stages organisés par l'école.

X. Formation et entrainements

Le fonctionnement de l'école du Triathlon MANOSQUE repose essentiellement sur le bénévolat, grâce à l'implication d'encadrants dont nombreux n'ont pas ou plus d'enfant licencié au club. Ceci pour dire que les parents représentent un vivier très important pour la pérennité de l'école. C'est pour cette raison que ceux-celles qui seraient intéressés (es) par cette fonction peuvent se manifester et bénéficier d'une formation d'encadrant fédéral FFTRI prise en charge par le club.

Venez nombreux !!!

XI. Sponsors

Le port de la tenue du club est obligatoire lors des compétitions et des remises de récompenses. (Tri-fonction ou tenue short + tee shirt TM).