



# Charte de bonne conduite

## Cercle des nageurs de Polynésie

### **Assiduité :**

La progression et l'épanouissement en sport reposent en grande partie sur une pratique régulière et assidue.

Afin de favoriser les progrès de chaque nageur, les entraînements sont adaptés à son niveau et doivent être suivis avec régularité. En cas d'absence, nous demandons aux parents ou représentants légaux d'en informer l'entraîneur responsable du groupe par écrit (mail ou message), idéalement avant la séance ou, si cela n'a pas été possible, dans les 24 heures suivant l'absence.

L'entraîneur tiendra un cahier de présence tout au long de la saison afin de suivre l'engagement de chacun. Un taux de participation insuffisant aux entraînements (moins de 85 %) pourrait malheureusement limiter la possibilité de participer aux compétitions.

### **Ponctualité et Engagement**

La ponctualité est essentielle au bon déroulement des entraînements et au respect du groupe.

Les horaires précis des séances sont communiqués en début d'année (et avant chaque stage). Ces horaires correspondent à l'heure de début de l'entraînement : chaque nageur doit être en tenue, avec son matériel, prêt à commencer à l'heure.

En cas de retard, merci aux parents ou représentants légaux de prévenir l'entraîneur responsable par écrit (mail ou message), de préférence avant la séance, ou dans les 24 heures qui suivent si le retard ne pouvait être anticipé.

Pour des raisons d'organisation et de sécurité, tout départ anticipé d'un entraînement devra être justifié par une autorisation écrite (mail ou message) des parents ou représentants légaux.

Les parents ou représentants légaux s'engagent à :

- Accompagner le nageur au lieu et à l'heure de l'entraînement ou de la compétition, et s'assurer de la présence de l'entraîneur avant de repartir.
- Venir chercher leur enfant en fin de séance ou de compétition.
- Informer l'entraîneur si une autre personne vient déposer ou récupérer le nageur.
- Fournir une autorisation écrite si le nageur doit venir ou repartir seul d'un entraînement ou d'une compétition



### **Lutte contre le dopage**

Chaque nageur s'engage à préserver l'éthique sportive en s'abstenant de toute utilisation de substances ou produits interdits.

En cas de traitement médical, il est essentiel d'informer son médecin de son statut de sportif afin d'assurer la conformité des prescriptions avec la réglementation en vigueur.

Si un contrôle révèle la présence d'une substance interdite, une suspension temporaire sera appliquée dans l'attente des décisions officielles.

### **Santé et Bien-être**

Pour préserver leur santé et optimiser leurs performances, les nageurs s'engagent à ne consommer aucun complément alimentaire sans prescription médicale.

Ils veillent également à adopter une hygiène de vie saine en évitant toute consommation d'alcool, de tabac et de substances illicites.

La réussite sportive repose sur un mode de vie équilibré. Ainsi, chaque nageur est encouragé à : adopter une alimentation variée et équilibrée, respecter un temps de sommeil suffisant pour favoriser la récupération.

### **Équipement et Matériel**

#### *À l'entraînement :*

Chaque nageur doit se présenter aux séances avec le matériel nécessaire, conformément aux recommandations de son entraîneur.

#### *En compétition :*

Le nageur veille à disposer de son équipement complet et porte fièrement les couleurs du club tout au long de la compétition (bonnet et t-shirt).

### **Participation aux Compétitions : engagement et organisation**

Un calendrier des compétitions est communiqué en début d'année par la direction technique et/ou l'entraîneur de votre enfant. Il est établi en tenant compte du niveau de pratique de chaque nageur et en respectant une planification sportive adaptée.

Chaque nageur est invité à s'organiser pour être disponible afin de représenter le club lors des compétitions correspondant à son niveau. En cas d'indisponibilité pour des raisons médicales, scolaires ou personnelles, il est important d'en informer l'entraîneur responsable dès que possible. Un certificat médical pourra être demandé si nécessaire.

En cas d'absences non justifiées entraînant des frais d'engagements non honorés, la direction (bureau directeur et directeur technique) pourra étudier la possibilité d'une participation financière des parents ou représentants légaux.



À titre informatif, le club prend en charge les frais d'engagement des nageurs (240 XPF par course), tandis que le coût d'un forfait s'élève à 2000 XPF par course.

La participation aux compétitions ne repose pas uniquement sur le niveau du nageur, mais également sur son engagement et son sérieux (assiduité, efforts, attitude). Les entraîneurs sélectionnent les épreuves auxquelles les nageurs participeront, en concertation avec eux lorsque cela est possible.

#### Organisation lors des journées de compétition

Lors des journées complètes, la responsabilité des nageurs est assurée par leurs parents pendant la pause déjeuner, sauf indication contraire du club.

Les parents sont invités à récupérer leur enfant dès la fin de sa dernière course, après la phase de récupération et d'éventuelles remises de récompenses.

La présence aux podiums est obligatoire et se fait en tenue du club, en signe de respect pour l'équipe et ses valeurs.

#### **Stages de perfectionnement : Organisation et participation**

Un calendrier des stages organisés à Tahiti pendant les vacances scolaires sera établi en début de saison par l'équipe technique.

Ces stages, bien que facultatifs, sont vivement recommandés afin d'assurer une continuité dans la progression sportive. Ils sont soumis à une participation financière, et l'inscription sera validée après règlement.

Des stages en dehors de Tahiti peuvent être envisagés, mais leur mise en place n'est pas systématique. Leur objectif est d'apporter un complément au travail réalisé tout au long de la saison. Ainsi, seuls les nageurs ayant démontré un engagement sérieux à l'entraînement pourront y être conviés.

#### **Attitude et comportement des nageurs**

Chaque nageur adopte une attitude respectueuse et bienveillante envers l'ensemble des personnes impliquées dans sa pratique : entraîneurs, bureau directeur, adhérents du CNP, personnel des piscines, public et coéquipiers. Le respect des installations mises à disposition est également essentiel.

En cas de difficulté, le nageur est encouragé à échanger avec les responsables du club afin de trouver des solutions adaptées.



### *À l'entraînement*

- Le nageur écoute attentivement les consignes et veille à respecter ses camarades.
- Il prend soin du matériel, des équipements et des affaires des autres.
- Il contribue à la propreté des lieux et adopte une attitude responsable.

### *En compétition*

- Le nageur représente son club et s'engage à en être un ambassadeur exemplaire par son engagement et son esprit sportif.
- Il respecte les décisions des officiels et soutient ses coéquipiers en les encourageant.
- Toute attitude inappropriée, que ce soit à l'entraînement ou en compétition, pourra donner lieu à une sanction engagée par le bureau directeur du club.

### *Dans les vestiaires et sous les douches*

- La responsabilité du nageur incombe à ses parents ou représentants légaux.
- Les vestiaires sont uniquement destinés au changement de tenue ; il est important de ne pas y stationner plus longtemps que nécessaire.

### **Engagement des parents et représentants légaux**

En tant que parent ou représentant légal d'un nageur, je m'engage à soutenir mon enfant dans sa pratique sportive en valorisant ses efforts et en l'encourageant avec bienveillance. Je mets l'accent sur ses progrès et son engagement, en le félicitant pour sa détermination et le respect des règles. Je respecte le travail et les décisions des éducateurs sportifs, conscients de leur engagement envers les nageurs. J'adhère aux modalités de fonctionnement du groupe de mon enfant en respectant les horaires d'entraînement et de compétition, ainsi qu'en honorant les frais aux dates établies.

Je m'engage à promouvoir un environnement sain et respectueux, où toute forme de violence physique ou psychologique, tout abus de langage ou d'autorité envers les entraîneurs, nageurs, parents, officiels et dirigeants est proscrit.

Je reconnais que le [Cercle des Nageurs de Polynésie](#) est une association à but non lucratif, dont une partie essentielle des ressources provient de l'organisation des compétitions.

Dans cet esprit de solidarité, je veille à ce que moi-même ou un membre de ma famille participe bénévolement à ces événements. De plus, je favorise la formation d'au moins un membre de ma famille en tant qu'officiel, afin de contribuer au bon déroulement des activités sportives du club et au développement des jeunes nageurs.

Fait à Tahiti, le 26 septembre 2023.