

PESSAC Nat'Synchro
LIVRET D'ACCUEIL
SAISON 2018-2019



1 - FONCTIONNEMENT DE PESSAC NAT'SYNCHRO

PESSAC Nat'Synchro est une association Loi de 1901, sans but lucratif. Chaque année, l'assemblée générale de PESSAC Nat'Synchro, procède à l'élection de son conseil d'administration et de son bureau.

Les membres du BUREAU sont bénévoles. La majorité d'entre eux utilise leur temps libre, les jours de semaine et les week-ends, pour assurer la bonne marche du club. Ils sont disponibles pour répondre à toutes vos questions et vous donner toutes les informations qui vous seraient nécessaires, en complément des outils ci-dessous :

Site :

www.pessac-natsynchro.fr

Mail : pessacnatsynchro33@gmail.com

1.1 - PRESIDENT

Président

Nataly COBA

presidentpns33@gmail.com

1.2 - SECRETAIRE

Secrétaire

Gwenola REMY

secetairepns33@gmail.com

1.3 - TRESORIER

Trésorier

Benoit MITON

tresorierpns@gmail.com

2 - LE REGLEMENT INTERIEUR DE PESSAC NAT'SYNCHRO

2.1 - INSCRIPTIONS

Tout nageur désirant s'inscrire à PESSAC Nat'Synchro doit être capable d'effectuer 50 mètres de deux nages différentes. Des entraîneurs diplômés effectueront des tests de natation avant toute remise de dossier d'inscription.

Les nageurs ne seront admis à l'entraînement qu'après avoir déposé leur dossier d'inscription dûment complété et s'être acquitté de la totalité du montant de leur cotisation, même si le règlement s'effectue en plusieurs fois.

Aucun remboursement de la cotisation ne pourra être exigé pour toute année sportive débutée.

2.2 - ARRIVEES ET DEPARTS

Les parents (ou responsables légaux) doivent **s'assurer de la présence des entraîneurs dans la piscine avant de laisser leurs enfants**, un impondérable pouvant entraîner l'annulation du cours sans préavis. La responsabilité du club ne saurait être engagée en cas de non-respect de cette règle élémentaire.

Les parents doivent impérativement respecter les horaires de début et de fin des séances annoncées. Les retards sont très exceptionnellement tolérés. **Les horaires communiqués sont les heures d'entrée et sortie du bassin. Le nageur doit se présenter 15 minutes avant**, afin de se préparer. Pour des questions de sécurité et de créneaux horaires de la piscine, les nageurs doivent quitter les vestiaires **$\frac{1}{2}$ d'heure MAXIMUM** après la fin de l'entraînement. En dehors de ces horaires, la responsabilité du club et des entraîneurs n'est pas engagée. Les entraîneurs sont présents pour dispenser leurs séances d'entraînement et assurer la sécurité au bord du bassin, et non pour organiser l'accueil des enfants à l'extérieur des bâtiments.

2.3 - ENTRAINEMENTS

La natation synchronisée étant un sport d'équipe, le nageur doit avoir conscience que le ballet et les résultats dépendent de son assiduité, de son attention et de son application. Il doit s'engager à ne pas mettre en péril la préparation et la réalisation des ballets, et doit respecter le travail de ses coéquipiers. Il doit être présent lors des entraînements et des compétitions de son groupe.

En cas d'absence, le nageur est tenu d'en informer le(s) entraîneur(s) de son équipe ou un dirigeant de PESSAC Nat'Synchro.

En cas d'absences répétées ou prolongées non justifiées, les entraîneurs ou les dirigeants de PESSAC Nat'Synchro signaleront ces irrégularités aux parents et pourront envisager des sanctions.

Chaque nouveau nageur est intégré dans une catégorie correspondante aux résultats des tests effectués avec les entraîneurs. Selon son évolution et ses progrès, il pourra changer de catégorie en cours de saison.

Les entraîneurs et les dirigeants de PESSAC Nat'Synchro sont les seuls responsables du programme de formation de l'équipe. Les parents n'interfèrent en rien ni sur les méthodes d'entraînement ni sur la composition des équipes.

Par mesure d'hygiène, tous les nageurs devront obligatoirement utiliser la **douche** et le **pédiluve** avant l'entrée sur le bassin. Les maillots de bain de type combinaison shorty ne sont pas admis.

L'accès au bassin est strictement réservé aux équipes dont l'entraînement est planifié. Toute utilisation du bassin en dehors de ce cadre devra être préalablement soumise à autorisation du responsable de bassin et des dirigeants de PESSAC Nat'Synchro.

Les entraîneurs ne doivent pas être dérangés pendant les entraînements.

En tant qu'utilisateur d'un espace municipal, il est demandé un effort particulier de politesse vis à vis des employés, personnes de l'accueil, maîtres nageurs et personnel de mairie.

Les séances d'entraînements sont soumises à des règles de discipline qui, si elles ne sont pas respectées, obligeront les entraîneurs et les dirigeants de PESSAC Nat'Synchro à convoquer les parents des enfants indisciplinés.

Ces règles de discipline sont basées sur le respect :



Des personnes sur le bassin (entraîneurs, dirigeants, personnel municipal...)



Des consignes données par les entraîneurs



Des nageurs



Des règlements du club et de la piscine

Tout problème d'ordre sportif ou relationnel sera signalé aux entraîneurs ou aux dirigeants de PESSAC Nat'Synchro, dans les plus brefs délais.

Pour rappel, il est interdit de déposer les serviettes, sacs et chaussures sur le bord du bassin. PESSAC Nat'Synchro recommande aux nageurs et entraîneurs d'amener un jeton afin d'utiliser les casiers des vestiaires pour ranger leurs affaires personnelles, y compris les chaussures, rangées dans leur sac de sport.

PESSAC Nat'Synchro et la municipalité déclinent toute responsabilité en cas de vol, de dégradation ou de perte survenue à l'intérieur et à l'extérieur de la piscine. **Les entraîneurs et bénévoles de Pessac Nat'Synchro n'accepteront pas la garde d'objets personnels** des nageurs (bijoux, téléphone...).

2.4 - STAGES

Des stages seront organisés à chaque période de vacances scolaires ou lors de week-end. Ils devront être suivis par les nageurs de tous les groupes «compétition» (socle et FINA). Les dates et horaires seront communiqués par les entraîneurs ou les dirigeants de PESSAC Nat'Synchro, aussi rapidement que possible, en fonction des attributions de la municipalité.

Pour la cohésion du groupe et afin de ne pas pénaliser la préparation et la réalisation des ballets, la présence de tous les nageurs est fortement recommandée.

Les frais de stage seront **communiqués avant chaque période concernée, sous forme de tarif unique par équipe et non pas divisible à la présence.**

Les nageurs seront sous la responsabilité des entraîneurs encadrant le stage. Les règles de discipline lors des stages sont les mêmes que lors des entraînements à PESSAC Nat'Synchro.

2.5 - COMPETITIONS

Chaque nageur est informé par ses entraîneurs de son inscription aux passages des épreuves du socle, des stages ou des compétitions.

En cas d'empêchement majeur, le nageur ou ses responsables légaux doivent prévenir l'entraîneur ou les responsables du club le plus tôt possible (les engagements sont faits à l'avance et payés par le club).

En cas de problème médical grave ou imprévisible, le nageur devra fournir un **certificat médical**, avant le début de la compétition aux entraîneurs ou aux dirigeants.

En cas d'absence injustifiée, le remboursement des frais d'engagement sera demandé aux parents (forfait 50 € + frais d'engagement), pénalité financière demandée par la Fédération (FFN).

Ce sont les entraîneurs qui établissent la liste des nageurs à engager aux compétitions et aux stages. En cas de remplaçants pour un ballet, seuls les entraîneurs sont habilités à décider du choix des nageurs concernés. Les entraîneurs et les dirigeants se réservent le droit de ne pas engager un nageur ou un groupe à une manifestation pour des raisons de niveau sportif, de discipline ou de coût de déplacement à la charge du club.

Si l'absence d'un nageur à une manifestation nécessitant un engagement n'est pas justifiée, les entraîneurs et les dirigeants se réservent le droit de ne plus présenter ce nageur aux compétitions.

Pour chaque compétition, les nageurs devront respecter le lieu et l'heure de rendez-vous notés sur la convocation ou informer les responsables de la compétition d'autres intentions.

Il est expressément demandé aux nageurs d'avoir une tenue correcte tant au niveau des vêtements que du comportement. **La tenue PESSAC Nat'Synchro est obligatoire lors de toutes les compétitions.**

Les entraîneurs ne doivent en aucun cas être dérangés pendant la préparation et le déroulement de la compétition. Devront être respectés leurs moments de détente et d'isolement avec les nageurs. Chaque parent, chaque membre du club est responsable de la bonne conduite et de l'image de PESSAC Nat'Synchro.








Désormais, tout nageur en compétition peut être soumis à un **contrôle antidopage** et ne peut s'y soustraire.

Pour toutes les compétitions, il sera demandé à chaque nageur une participation pour le transport, les repas et les hébergements.






2.6 - EQUIPEMENT

L'équipement est obligatoire pour tous les entraînements et toutes les compétitions. Il est à la charge des parents.




2.6.1 - Pour l'entraînement :

-  Des pincés nez (au moins 2, car en cas de perte d'un pincés nez il est très important d'en avoir un de rechange immédiatement)
-  Des lunettes de piscine (au moins 2 - idem que les pincés nez)
-  Un ou plusieurs maillots de bain (dos nageur)
-  1 bouteille d'eau
-  1 serviette pour les étirements au sol + 1 pour la sortie de l'eau
-  1 porte-vue (lutin) d'au moins 20 vues
-  petites palmes + 1 tuba (frontal ou latéral)

2.6.2 - Pour les compétitions :

-  Un maillot de bain noir uni (dos nageur) + le maillot de bain du club
-  Un bonnet blanc + un bonnet aux couleurs du club
-  Des pincés nez (au moins 2, car en cas de perte d'un pincés nez il est très important d'en avoir un de rechange immédiatement)
-  Des lunettes de piscine (au moins 2 - idem que les pincés nez)
-  1 filet à chignon + pincés à chignon

2.6.3 - Pour la Gym et les entraînements à sec :

-  1 tenue de sport avec chaussures adaptées (propres)
-  1 corde à sauter
-  1 tapis fin et souple de gym

Une fiche matériel vous sera fournie lors de votre inscription. Vous y trouverez la liste et les prix des articles vendus par PESSAC Nat'Synchro. Vous pourrez la remplir selon vos besoins et la remettre à un responsable.

2.7 - COMMUNICATION

Chaque groupe d'entraînement (entraîneurs et nageurs) devra être représenté par un ou deux parents référents (ou un ou deux nageurs pour les majeurs).

Les référents auront en charge :



De faire circuler la communication au sein du groupe



De faire le lien entre les entraîneurs, les dirigeants et les autres parents pour l'organisation des divers regroupements (compétitions, réunions, manifestations festives...)

Tout au long de l'année, la plupart des informations concernant le club, à savoir : stages, compétitions, manifestations, résultats, entraînements ou leurs modifications, seront publiés sur le site de PESSAC Nat'Synchro et/ou remis aux nageurs par l'intermédiaire des entraîneurs. Pensez, d'ores et déjà, à réserver toutes les journées indiquées sur le calendrier. Toutes ces informations seront relayées sur le site PESSAC Nat'Synchro, au fur et à mesure. Merci d'ALLER SUR LE SITE le plus souvent possible.

<https://www.facebook.com/PnsPessacNatSynchro>

www.pessac-natsynchro.fr

La programmation des assemblées générales de Pessac Nat'Synchro sera également annoncée sur le site avant l'expédition des convocations, afin que chaque membre souhaitant faire inscrire une question à l'ordre du jour, la fasse parvenir au siège social, 22 jours avant la date de l'assemblée générale (soit 7 jours avant l'expédition des convocations contenant l'ordre du jour).

Lors des réunions organisées par le club, il est essentiel qu'au moins un des parents de chaque nageur y participe. Cela y va de l'intérêt de vos enfants et de la longévité du club.

2.8 - BESOINS

Tout au long de l'année, PESSAC Nat'Synchro organise diverses manifestations.

Ces manifestations feront appel à votre aimable contribution pour :



Fournir des lots qui serviront à récompenser les nageurs, organiser des tombolas



Préparer diverses pâtisseries (gâteaux, crêpes...) mises en vente lors des compétitions ou dégustées sur place durant les soirées



Aider à l'organisation des galas, notamment la mise en place et le rangement de la piscine



Aider à la confection des maillots de compétitions et de gala, afin de coudre de nombreuses paillettes à partir d'un modèle fourni par les entraîneurs



Rechercher des partenaires financiers permettant d'acheter du matériel, des maillots, d'organiser des soirées et galas