

# Natation Club Athus

## Règlement d'ordre intérieur

Version 1.0 du 09 sept. 2009

Pour approbation :



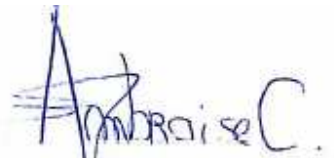
Frédéric Sainlez  
Président



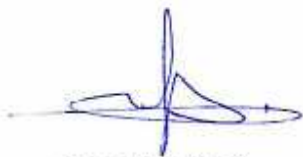
Noël Baillieux  
Secrétaire administratif



Katty Lanotte  
Trésorière



Carine Ambroise  
Secrétaire sportif



Gino Manfredi  
Chargé des sponsors



Philippe Lanotte  
Entraîneur



Robert Mostenne  
Entraîneur

Site : [www.natationclubathus.be](http://www.natationclubathus.be)

Adresses :

Secrétariat administratif : [secretariat@natationclubathus.be](mailto:secretariat@natationclubathus.be)

Secrétariat sportif : [secretariat-sportif@natationclubathus.be](mailto:secretariat-sportif@natationclubathus.be)

<b>I. REGLEMENT GENERAL</b> .....	3
Introduction.....	3
1. Rôles et attributions des différentes parties du club.....	3
- Comité.....	3
- Personne de liaison et de médiation.....	3
- Entraîneurs.....	4
- Moniteurs de l'école de natation.....	4
- Nageurs.....	4
- Officiels.....	4
- Parents.....	4
2. Communication et diffusion des informations.....	4
3. Protection de la vie privée.....	5
- Données médicales.....	5
- Diffusion d'informations.....	5
- Photos prises lors de nos manifestations.....	5
4. Conseil de discipline – litiges – sanctions.....	6
5. Constitution des sélections pour les compétitions et les stages.....	6
6. Respect des délais pour les inscriptions.....	6
7. Dopage.....	7
8. Coaching.....	7
9. Transferts.....	7
- Procédure de transferts.....	7
- Procédure de transfert hors période légale.....	8
10. Gestion de situations exceptionnelles.....	8
11. Gestion des récompenses et prix spéciaux.....	8
12. Révision du règlement.....	8
<b>II. REGLEMENT SPORTIF</b> .....	9
1. Entraînements.....	9
- Horaires.....	9
- Obligations.....	9
- Pointage.....	9
- Justification d'absence.....	9
- Passage de groupe.....	10
- Discipline applicable sur les lieux d'entraînement.....	10
2. Compétitions.....	11
- Conditions de participation.....	11
- Absence imprévue à une compétition.....	11
- Discipline applicable pendant les compétitions.....	11
- Hygiène alimentaire.....	11
- Dérogation.....	11
3. Modification temporaire des règles disciplinaires.....	12
4. Charte des nageurs de compétition.....	12
Références.....	12

## I. REGLEMENT GENERAL

### Introduction

L'objectif principal de ce règlement est d'offrir les conditions optimales et de développer un climat serein pour les entraînements ainsi que de garantir le bien-être de nos jeunes pour la réalisation de leurs performances.

La mise en oeuvre de ce règlement sera facilitée par l'application des principes suivants : respect, humilité et rigueur.

Le respect c'est :

la sportivité et la compétition saine pour nos nageurs,  
respecter les autres concurrents (courtoisie, politesse, fair-play),  
le dialogue et l'écoute entre les différentes parties,  
se soumettre aux règlements des fédérations et des clubs visités ou partenaires.

L'humilité c'est:

rester modeste devant la victoire.  
Pour être premier sur un podium il faut bien un 2<sup>ème</sup>, un 3<sup>ème</sup>, etc.  
accepter les échecs pour mieux rebondir.

Rigueur : travailler, persévérer, ne pas avoir peur de l'effort.

### 1. Rôles et attributions des différentes parties du club

#### - **Comité**

Le Comité :

organise l'encadrement du club et ses activités annexes,  
assure la gestion administrative et sportive,  
assure les relations extérieures avec les instances officielles, les autres clubs, les pouvoirs publics, la presse et le monde extérieur au club,  
arbitre les différends graves entre les parties concernées.

Les membres du Comité sont ouverts à toute proposition pouvant améliorer le fonctionnement du club pour autant qu'elle soit applicable ou réalisable suivant les ressources humaines, matérielles ou financières du club.

#### - **Personne de liaison et de médiation**

Cette personne a deux rôles :

- elle est l'unique intermédiaire entre le Comité et les membres du club pour transmettre au Comité toute proposition pouvant améliorer le fonctionnement du club,
- elle transmet au Comité toute réclamation en cas de litige, et joue le rôle de médiateur.

C'est donc une personne de confiance qui doit être indépendante de la fonction d'entraîneur pour traiter le cas particulier d'un litige entre un nageur et un entraîneur.

Si le contact direct avec la personne de liaison n'est pas possible ou difficile, un espace « Médiateur » est disponible sur le site du club et chacun peut y déposer ses doléances.

Le médiateur prendra alors contact avec le demandeur.

Si nécessaire et dans le cas de situations délicates, une 2<sup>ème</sup> personne de liaison pourrait être désignée pour aider et servir de support au médiateur.

- **Entraîneurs**

La mission des entraîneurs est de former, entraîner, développer les compétences et motiver les nageurs.

Ils sont responsables des choix pour les sélections et de la communication sportive avec les nageurs.

Ils suivent les nageurs lors des compétitions et des stages dans les limites de leurs possibilités (vie privée !).

Ce sont des interlocuteurs privilégiés avec les enfants et les adolescents.

Ils peuvent gérer les problèmes relationnels entre jeunes et les aider à trouver une solution.

Si les relations s'aggravent, ils peuvent en référer à la personne de liaison et si nécessaire, le Comité peut intervenir pour régler la situation.

- **Moniteurs de l'école de natation**

Les moniteurs, en relation avec les entraîneurs, donnent les cours de natation à l'école du samedi matin.

Ces cours sont conçus, donnés et supervisés dans une démarche de qualité et d'amélioration constante de la pédagogie.

- **Nageurs**

Le nageur est tenu de respecter quelques règles élémentaires : sportivité, politesse envers les officiels, les entraîneurs et les autres nageurs, lutte contre le dopage.

- **Officiels**

Les différentes catégories d'officiels ont leurs attributions définies dans le règlement du Comité sportif de la FFBN. Ce règlement est disponible auprès du Comité.

Le point relatif au coaching est développé plus loin.

- **Parents**

Le rôle très important des parents est le soutien psychologique de leur(s) enfant(s), surtout pour leurs premières compétitions et les grandes rencontres.

Ce soutien doit être permanent pour éviter la démotivation car la natation est un sport exigeant et ingrat.

## 2. Communication et diffusion des informations

Les valves du NCA à l'entrée du complexe sportif sont le premier canal de communication officiel entre le Comité, les entraîneurs et les nageurs.

Ces informations sont également disponibles sur le site internet officiel du club, deuxième canal de communication.

La diffusion des informations sportives officielles aux nageurs comme par exemple les performances, les records, les temps limites et autres, est dans les attributions des entraîneurs uniquement.

La communication avec les autres clubs est faite par le secrétariat administratif et sportif.

La communication avec la presse est faite par le Comité.

Toute proposition pouvant améliorer le fonctionnement du club peut être communiquée au Comité via la personne de liaison.

## **Avertissement**

Toute information ou déclaration relative au club et à ses membres, et diffusée par d'autres canaux d'informations (SMS, MSN, réseaux sociaux, messageries, blogs et autres) sont sans valeur. Pour rappel, les auteurs de déclarations diffamatoires faites via internet (Facebook par exemple) peuvent faire l'objet de poursuites judiciaires.

Le Comité ne tolérera pas de dérapages verbaux, écrits, gestuels ou d'autres natures entre les membres du club ou avec des éléments extérieurs au club.

## **3. Protection de la vie privée**

### **- Données médicales**

Pour la sécurité des nageurs, pour l'efficacité du travail des entraîneurs et pour éviter des situations désagréables lors des entraînements, des compétitions ou durant les stages, le Comité demande aux parents de communiquer les données médicales des enfants (affections particulières, prises de médicaments, régimes alimentaires particuliers).

Ces informations confidentielles sont connues uniquement du Comité et des entraîneurs et sont conservées pendant la période d'affiliation des nageurs.

Les données pourront être envoyées au Comité au moyen d'une fiche spéciale accessible dans le site du club.

### **- Diffusion d'informations**

En rappel du point précédent, les auteurs de déclarations blessantes ou calomnieuses seront sanctionnés par le Comité.

La diffusion de données dans le domaine public concernant la vie privée des membres et dans le but de nuire sera également sanctionnée par le Comité.

### **- Photos prises lors de nos manifestations**

Pour les principales manifestations du club, un photographe officiel sera désigné par le Comité. Les photos seront accessibles sur le site du club et sont la propriété du club.

Aucun usage commercial ne peut en être fait.

Le club n'est pas responsable des photos prises entre nageurs, diffusées sur internet et des conséquences éventuelles de leur diffusion.

#### **4. Conseil de discipline – litiges – sanctions**

La personne de liaison est chargée de transmettre les doléances, les réclamations au Comité.

En cas de litiges, de problèmes conflictuels, d'écarts par rapport aux attributions, ou autres situations empêchant ou pouvant empêcher le club de fonctionner sereinement, le Comité organisera une réunion entre les différentes parties et débattrà de la meilleure solution à adopter dans l'intérêt du club.

Le Comité sanctionnera tout écart de conduite (Exemple : comportement violent, conduite calomnieuse) ou tout comportement antisportif de la part des nageurs et des accompagnants. Les accompagnants sont les officiels, délégués, entraîneurs, parents ou autres.

Les sanctions peuvent être un avertissement, une réprimande, une amende, une suspension temporaire des entraînements ou des compétitions, une exclusion définitive du club avec suppression immédiate de la licence.

Les sanctions seront notifiées par courrier officiel aux différentes parties.

Il est conseillé de rapporter au plus vite tout problème pouvant dégénérer en litige. (Ne pas laisser pourrir une situation).

#### **5. Constitution des sélections pour les compétitions et les stages**

Les entraîneurs ont la responsabilité du choix des nageurs pour les sélections. Elles sont établies sur base de critères déterminés par les entraîneurs et approuvés par le Comité.

N'oublions pas que les entraîneurs sont les mieux placés pour évaluer les compétences et développer les aptitudes des nageurs, pour connaître la motivation des nageurs à l'entraînement et pour estimer leur potentiel.

Le choix des nages est aussi déterminé pour permettre d'avoir des temps de référence et de permettre aux nageurs de se tester et pratiquer les différentes nages. Les entraîneurs et les moniteurs de l'école sont également responsables des choix pour le passage des brevets.

Les entraîneurs communiquent les sélections au secrétariat sportif pour les inscriptions des nageurs aux compétitions.

En cas de problèmes relationnels ou conflictuels entre un nageur, les parents et les entraîneurs, le médiateur interviendra pour trouver un accord et si nécessaire, la situation sera débattue en réunion de Comité sur demande du médiateur.

#### **6. Respect des délais pour les inscriptions**

Il est demandé de respecter les délais pour la remise des coupons d'inscription aux différentes manifestations du club, aux stages, aux compétitions ou pour les demandes d'informations émanant du secrétariat sportif.

**Attention** : en cas de coupon non remis, il n'y aura pas d'inscription.

## 7. Dopage

**Le paragraphe 86 du R.O.I 2009 de la FFBN donne la définition suivante du dopage :**

Conformément à l'article 1 du décret du 8 mars 2001 relatif à la promotion de la santé dans la pratique du sport, à l'interdiction du dopage et à sa prévention en Communauté Française, on entend par dopage, l'usage de substances ou application de méthodes susceptibles d'améliorer artificiellement les performances des sportifs, qu'elles soient ou non potentiellement dangereuses pour leur santé, ou usage de substances ou application de méthodes figurant sur la liste arrêtée par le Gouvernement de la Communauté Française.

Pour la santé et le bien-être des enfants, le club veillera au respect du règlement antidopage, mais avant tout, ce doit être une démarche responsable des parents.

## 8. Coaching

**Extrait du Manuel des compétitions officielles de natation en Belgique**

**2.17.5 COACHING** (explication SW 10.7)

### **2.17.5.1**

Le coaching pendant les courses n'est pas autorisé et est considéré comme aide, c'est à-dire marcher à hauteur du nageur le long du bassin, ou encore donner des indications ou conseils depuis les plages de départ ou de virages.

Crier ou donner des indications depuis la tribune n'est pas considéré comme coaching.

### **2.17.5.2**

**Aucun officiel** ne peut faire du coaching durant une course, a fortiori quitter sa place pour donner des instructions depuis la tribune du public.

### **2.17.5.3**

La sanction pour coaching est la disqualification du nageur pour ladite course.

Celle-ci ne pourra intervenir qu'après un avertissement.

Remarque : les documents de référence sont disponibles auprès du Comité.

## 9. Transferts

Extraits du R.O.I 2009 de la FFBN

### **- Procédure de transferts.**

Pour être valable, la demande doit être établie en double exemplaire sur le formulaire délivré par la F.F.B.N. et être adressée entre le 16 mai et le 15 juin au secrétariat général de la F.F.B.N., le cachet de la poste faisant foi.

La demande mentionnera l'accord du nouveau cercle membre pour lequel la personne sollicite son transfert et sera accompagnée de la nouvelle licence dûment remplie par ce cercle membre et accompagné du certificat médical.

Le secrétariat général envoie alors un des formulaires, pour information, au cercle membre que le membre veut quitter.

### **- Procédure de transfert hors période légale**

En dehors de la période légale, le membre licencié peut obtenir un seul transfert par saison pour autant que les deux cercles membres concernés et le membre licencié introduisent auprès de la F.F.B.N. le formulaire adéquat dûment complété.

Seule une dette, financière ou matérielle, peut être alléguée par le cercle membre quitté comme motif d'opposition à une demande de transfert hors période légale.

Le club quitté disposera d'un délai maximum de 30 jours calendrier pour prendre position sur la demande de transfert.

La F.F.B.N. renverra la licence au nouveau cercle membre.

Le Comité du NCA se réserve le droit d'accepter ou refuser l'entrée de tout membre venant d'un autre club et en cas d'accord d'imposer des conditions à cette entrée comme par exemple une période d'essai, l'acceptation du règlement du club, etc.

En cas de non respect de ces conditions, le Comité refusera l'entrée définitive de ce membre.

### **10. Gestion de situations exceptionnelles**

Le Comité évaluera l'importance et l'urgence de la situation et prendra les décisions de manière à garantir au mieux le fonctionnement du club dans la mesure des moyens du club.

Cas concret : fermeture imprévue de la piscine pour une durée indéterminée.

Si nous sommes prévenus en dernière minute, on peut appliquer le principe de la pyramide d'appels.

### **11. Gestion des récompenses et prix spéciaux**

Le Comité gère la remise des récompenses (24 H, Challenge, autres) suivants des critères objectifs.

Le suivi des performances et la comptabilité des médailles gagnées lors de la saison sont assurés par le Comité.

### **12. Révision du règlement**

Le Comité décidera des modifications du règlement d'ordre intérieur en cas de nécessité absolue pour garantir le fonctionnement du club.

La nécessité dépendra de l'évolution du club et du caractère durable des circonstances futures et de l'environnement futur du club.



## II. REGLEMENT SPORTIF

### 1. Entraînements

#### - Horaires

De septembre à juin, le club organise 10 heures d'entraînement par semaine avec la répartition suivante :

Groupes	Jours	Heures	Lieux
Pré-compétition	Lundi	18h00 – 20h00	Athus
Pré-compétition et compétition	Mardi	18h00 – 20h00	Athus
Compétition - sélection	Lundi	18h00 – 20h00	Longwy
Compétition	Mercredi	18h00 – 20h00	Athus
	Jeudi	18h00 – 20h00	Athus
	Vendredi	18h00 – 20h00	Athus
Ecole de natation	Samedi	08h50 – 12h10	Athus

#### - Obligations

Pour les nageurs de pré-compétition, **2 heures** minimum par semaine d'entraînement sont **obligatoires** à Athus.

Pour les nageurs de compétition en général, **4 heures** minimum par semaine d'entraînement sont **obligatoires** à Athus.

Pour la sélection des nageurs de compétition allant à Longwy, il faut ajouter **2 heures obligatoires** à Longwy, soit 6 heures au total.

Pour rappel, les nageurs de la sélection de Longwy ont une licence française et donc des obligations vis-à-vis du NCA et de l'USBL.

Les nageurs de la sélection sont couverts par une convention entre le NCA et l'USBL.

Ce nombre d'entraînements est un minimum requis pour obtenir des résultats satisfaisants dans les compétitions de niveau moyen.

Pour les compétitions de haut niveau, les objectifs sont plus ambitieux et le volume d'entraînement plus important, ce qui exige de la motivation du côté du nageur.

#### - Pointage

Un relevé mensuel des heures sera affiché dans les valves.

#### - Justification d'absence

Les nageurs délivrant un certificat médical seront considérés comme présents pour les heures couvertes par celui-ci.

- **Passage de groupe**

Suivant l'évolution de chacun et l'avis des entraîneurs, des nageurs pourraient changer de groupe.

- **Discipline applicable sur les lieux d'entraînement**

**Ponctualité :**

être présent à 17h55 au bord du bassin,  
quitter les vestiaires au plus tard à 20h15.

Les nageurs qui sont en retard parce qu'ils ont discuté devant l'entrée de la piscine, dans les vestiaires ou ailleurs seront exclus immédiatement de la séance d'entraînement.  
En cas de retards volontaires répétés, des sanctions seront appliquées par le Comité.

A partir de 20h20, le club décline toute responsabilité et les accompagnants quittent le complexe.

**Equipement :**

venir avec le matériel en état, c'est-à-dire lunettes, bonnet, maillot, pull boy, paddles, palmes.

**Comportement :**

respecter le personnel du complexe sportif s'il est présent,  
respecter les autres membres du club,  
respecter les locaux et le matériel,  
respecter la propreté des lieux (vestiaires, douches, WC),  
utiliser les vestiaires collectifs dans le calme et sans chahut.

**Consignes à l'entraînement :**

les entraînements se font sans discuter,  
respecter les temps de repos,  
respecter les distances,  
appliquer les recommandations techniques des entraîneurs,  
respecter les autres nageurs.

L'application de ces règles de conduites demande de la rigueur et beaucoup d'effort personnel.  
C'est la condition pour atteindre des objectifs ambitieux et pour avoir une satisfaction personnelle de ses résultats.

## 2. Compétitions

### - **Conditions de participation**

Les nageurs doivent avoir 80% de présence aux compétitions et 2/3 de présence aux entraînements.

### - **Absence imprévue à une compétition**

Pour annuler la présence d'un enfant à une compétition, il faut prévenir un entraîneur ainsi que le secrétariat sportif **3 semaines** à l'avance.  
L'adresse du secrétaire sportif est disponible sur le site.

En cas de maladie, **remettre impérativement** à un entraîneur ou à un membre du Comité, **au plus tard le lundi suivant la compétition**, un certificat médical que le secrétariat administratif transmettra à la FFBN dans les plus brefs délais.

Si le délai n'est pas respecté, une amende de **5 € par départ** sera réclamée au nageur (tarif imposé par la FFBN).

### - **Discipline applicable pendant les compétitions**

Faire un échauffement dans l'eau d'après les conseils de l'entraîneur.

Faire un échauffement à sec avant sa course.

Respecter le silence au moment du départ.

Porter le bonnet, le maillot et le T-shirt du club.

Exception: pour les compétitions sous les couleurs de Longwy, il faut porter le bonnet de l'USBL.

Rester ensemble près du délégué car c'est lui qui envoie les nageurs pour les départs à l'annonce de la course.

Respecter le délégué : ne pas quitter le groupe, ni aller dans les gradins, ni se rhabiller sans l'autorisation du délégué.

Ne pas se baigner dans le petit bassin, s'il y en a un.

Respecter la propreté des lieux (vestiaires, douches, WC, tour du bassin, pelouses, etc).

### - **Hygiène alimentaire**

Avant les compétitions, prendre un repas équilibré à base de sucres lents.

Pendant les compétitions, ne pas boire de boissons gazeuses, ni manger de chips.

Boire de l'eau, aussi bien pendant les entraînements que pendant les compétitions, car on se déshydrate en nageant.

### - **Dérogação**

Pour les nageurs aux études supérieures et désireux de continuer la compétition, une dérogation au règlement concernant uniquement les heures d'entraînement et les présences aux compétitions sera donnée après concertation.

### **3. Modification temporaire des règles disciplinaires**

Des circonstances exceptionnelles peuvent nous amener à modifier certaines règles. Dans ce cas, un avis sera affiché aux valves et sur le site internet du club. Le changement sera rappelé oralement par les entraîneurs.

Par exemple, un changement de piscine d'entraînement a pour conséquence une modification des horaires. La règle de ponctualité sera adaptée à la nouvelle situation.

### **4. Charte des nageurs de compétition**

Pour atteindre les objectifs de qualité, s'épanouir dans la natation et participer aux compétitions, il faut que le nageur s'impose une autodiscipline, d'où la charte du nageur.

1. Prendre du plaisir à mon sport, ne pas travailler par contrainte.
2. Oser !  
Ne pas avoir peur d'essayer quelque chose de nouveau, ne pas avoir peur de l'échec.  
Un échec n'est jamais définitif et est positif dans le sens qu'il révèle quelque chose qui n'a pas fonctionné, et donc il permet de savoir ce qu'on peut améliorer.
3. Avoir de la rigueur dans le travail.  
Chercher l'amélioration technique en accomplissant correctement les tâches demandées.
4. Construire son caractère : connaître ses limites et chercher à les dépasser.  
Ne pas rechercher la facilité ni rejeter l'effort gratuit.  
Pour l'exemple, voyez les performances de handicapés lors de compétition de haut niveau.  
Chacun a des aptitudes. Il faut les connaître et surtout vouloir les développer.
5. **Etre enthousiaste : c'est contagieux !** Sourire, écouter.
6. Poser des questions aux entraîneurs, chercher à comprendre.
7. Respect et humilité.

« Une personne orientée sur l'ego présente un risque potentiel d'abandonner lorsqu'elle ne parvient pas à être meilleure que ses co-acteurs. »

(Extrait d'une étude de l'ULG sur la motivation des sportifs – Management du sport du COIB)

### **Références**

Règlements et statuts : [www.ffbn.be](http://www.ffbn.be), [www.belswim.be](http://www.belswim.be) (site de la FRBN)

Dopage : [www.dopage.be](http://www.dopage.be)

Vie privée : [http://www.privacycommission.be/fr/in\\_practice/recht-op-afbeelding/](http://www.privacycommission.be/fr/in_practice/recht-op-afbeelding/)

Divers : [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr) (site de la fédération française)