



## CONTRAT DE L'ATHLÈTE AU PROGRAMME SPORT-ÉTUDES NATATION DU CLUB DE NATATION LES RIVERAINS

---

Le programme Sport-Études du Club de natation les Riverains de Lévis offre un programme d'entraînement de haut niveau pour permettre aux athlètes, qui en font partie, de développer leur plein potentiel. Le programme Sport-Études des Riverains est un programme exigeant qui a pour mission de développer chacun de ses athlètes autant au niveau physique que psychologique. Tout au long de leur stage de natation aux PALS, les athlètes recevront un support de qualité par des entraîneurs qui ont à cœur leur développement sportif et personnel.

C'est dans l'objectif de s'assurer que les athlètes comprennent l'importance de leur démarche sportive que les Riverains ont créé ce contrat d'engagement au programme Sport-Études natation.

C'est donc avec l'appui de la Fédération de natation du Québec et de Natation Canada que ce document est remis à chaque athlète du programme Sport-Études au début de chaque saison. Vous y retrouverez tous les règlements que les athlètes doivent respecter au cours de la saison.

**MISSION :** Le programme Sport-Études a comme mission d'offrir aux athlètes désirant performer à un haut niveau, un encadrement et un soutien d'excellente qualité. Le programme permettra à l'étudiant-athlète d'avoir accès à des périodes d'entraînement sur les heures de cours pour leur permettre de mettre une emphase majeure sur son développement sportif.

### **OBJECTIFS DU PROGRAMME**

- Supporter et soutenir les athlètes dans leur démarche sportive de haut niveau.
- Offrir un support incomparable à tous les niveaux, sportif, matériel, financier, professionnel et personnel à tous les athlètes.
- Faire la promotion et la valorisation de la performance sportive.
- Détecter et encourager les athlètes qui ont le potentiel d'atteindre les plus hauts niveaux en natation.
- Faire de la natation un sport de premier plan dans la Ville de Lévis et dans la région Chaudière-Appalaches.
- Faire la promotion des valeurs telles que : l'effort, la discipline, l'esprit d'équipe, le courage et la détermination.

## RÈGLEMENTS ET POLITIQUES

Avant de participer au réseau de compétition de la Fédération de natation du Québec (FNQ), le nageur des *Riverains* doit lire les règlements et les politiques régissant les activités du Club de natation *Les Riverains*.

Ce document a pour objectif de clarifier tout ce qui pourrait être l'objet d'un litige entre le Club de natation *Les Riverains* et le nageur.

### 1. RÈGLEMENTS ET POLITIQUES CONCERNANT LES ENTRAÎNEMENTS

1.1 Païement d'inscription : L'inscription au Club de natation Les Riverains s'effectue en trois paiements. Le montant de l'inscription est en fonction du groupe auquel le nageur s'inscrit. En début d'année, les parents devront remettre les trois paiements par chèque postdaté. Le premier paiement en date du 30 août et les deux autres en date du 10 janvier 2011 et du 30 mars 2011.

1.2 Comportement : Le nageur doit avoir en tout temps un bon comportement ainsi qu'un bon esprit sportif de façon à propager une image positive du Club de natation *Les Riverains*. Le nageur a droit au respect des entraîneurs et des autres nageurs. Il a droit d'être traité équitablement compte tenu de ses habiletés et de sa motivation. Et, de ce fait, le nageur doit lui aussi agir avec respect, doit soigner son langage et son comportement en tout temps afin de refléter la fierté de représenter son club. Les entraîneurs s'engagent à offrir un programme d'excellente qualité aux athlètes et ces derniers ont la responsabilité de respecter les consignes données par eux.

1.2.1. Sanctions : Selon la situation un athlète peut recevoir une sanction de la simple suspension d'un jour à une suspension de plusieurs jours. Si plusieurs avertissements sont donnés à un athlète pour des situations identiques, l'athlète pourrait se voir suspendu du programme Sport-Études et la suspension peut aller jusqu'à l'expulsion définitive du Club de natation.

1.3 Horaire : Le nageur doit respecter l'horaire d'entraînement qui lui est assigné en début de saison par l'entraîneur-chef. En cas d'absence du nageur, nous demandons aux parents de nous aviser en laissant un message sur le répondeur au 418 833-7088 ou par courriel à l'adresse suivante : [riverains2001@hotmail.com](mailto:riverains2001@hotmail.com).

1.4 Entraînement : Le programme d'entraînement du Sport-Études inclut les entraînements en dehors des périodes de cours (mardi matin ou jeudi matin et samedi matin).

Primaire : Quatre entraînements par semaine : lundi, mardi, jeudi et vendredi de 12 h 50 à 15 h 30.

1<sup>er</sup> secondaire : Six entraînements par semaine : lundi au vendredi de 12 h 50 à 15 h 30 et samedi matin de 6 h 15 à 9 h.

2<sup>e</sup> au 5<sup>e</sup> secondaire : Sept entraînements par semaine : lundi au vendredi 12 h 50 à 15 h 30, mardi ou jeudi\* matin 5 h 50 à 7 h 30 et samedi 6 h 15 à 9 h.

\* le jeudi matin est réservé aux athlètes qui ont atteint le niveau national jeunesse ou plus.

1.5 Absence : Seules les absences motivées par les parents seront acceptées. Les parents doivent motiver l'absence de leur enfant la journée même par téléphone ou par courriel.

1.5.1 Sanctions : À trois absences non motivées, l'athlète recevra une suspension d'une semaine d'entraînement. Après cinq absences non motivées, l'athlète sera retiré du programme Sport-Études.

1.5.2 Note sur les rendez-vous : Les entraînements en après-midi sont des périodes scolaires, la présence de tous les athlètes aux périodes de Sport-Études est donc obligatoire. Il est donc déconseillé de prendre des rendez-vous pendant les périodes d'entraînement. S'il y a lieu, l'athlète doit en aviser son entraîneur avant la date du rendez-vous.

- 1.5.3 Journée pédagogique : Lors des journées pédagogiques, les entraînements auront lieu sur la période d'entraînement du soir. Tous les nageurs du programme Sport-Études devront se présenter à ses entraînements.
- 1.5.4 Absence de voyage : Lorsqu'un athlète s'absente de l'entraînement pour des vacances (au cours de la saison de natation), l'athlète doit en aviser son entraîneur. Ce dernier lui préparera un programme d'entraînement pour permettre à l'athlète de garder un niveau physique acceptable pour poursuivre à son retour.
- 1.6 Documents à remettre : Le nageur doit s'assurer de remettre toutes les communications et documents transmis par les entraîneurs à l'attention des parents dont, entre autres, les factures.
- 1.7 Les lieux d'entraînement : Les lieux d'entraînement sont prêtés par la Ville de Lévis. Le nageur doit veiller à maintenir les lieux propres, à respecter les consignes des responsables du Centre culturel et du Cégep et adopter une conduite respectueuse de son environnement.
- 1.8 Vestiaire : Les nageurs doivent procéder rapidement dans les vestiaires avant et après les entraînements. Le respect d'autrui et des lieux est de mise tout autant dans les piscines avant 12 h 30 (nageurs du primaire) ou 12 h 45 (nageurs du secondaire) pour l'entraînement de 13 h. Aucun aliment n'est permis dans les vestiaires.
- 1.9 Équipement : Le nageur doit s'assurer d'avoir avec lui tout l'équipement qu'il pourrait avoir besoin pour les entraînements, ex. : palettes, pull-boy, planche, espadrille, t-shirt, etc. Un athlète qui n'aurait pas son matériel avec lui, sera considéré comme absent et recevra une absence non motivée.
- 1.10 L'utilisation et/ou la possession de substances illégales sont défendues en toutes circonstances.
- 1.11 L'utilisation de boissons énergétiques lors des entraînements est interdite, ex. : Red Bull, Rockstar, NOS, etc.)
- 1.12 L'utilisation ou la possession d'alcool et de tabac est défendue en toutes circonstances (peu importe l'âge du nageur).

## 2. RÈGLEMENTS ET POLITIQUES LORS DES COMPÉTITIONS

- 2.1 Calendrier des compétitions : Le Club de natation s'engage à rendre disponible, aux athlètes et aux parents, le calendrier officiel des compétitions en début de saison. Le calendrier sera disponible sur le site Internet des Riverains.

Un nageur qui participe à tout événement auquel le club prend part s'engage à suivre les règles suivantes :

- 2.2 Participation aux compétitions : La saison de compétition s'étend du mois de septembre au mois de juillet (selon le calibre). Comme le Sport-Études est un programme de développement de l'excellence, les athlètes qui en font partie s'engagent à participer à toute la saison de compétition.

Dans le cas où un athlète déciderait volontairement d'écourter sa saison (autre que cause de blessure) l'athlète pourrait se voir retrancher du programme Sport-études l'année suivante sans pour autant être exclu du Club de natation.

- 2.2.1 Exclusion à une compétition : L'entraîneur-chef décide des nageurs qui participeront aux compétitions. Il peut décider de ne pas inscrire un nageur si l'athlète ne respecte pas les conditions de participation.

Motifs d'exclusions à une compétition : Le nageur peut être exclu d'une compétition pour les motifs suivants : absences répétées aux entraînements, manque d'effort répété aux entraînements, manque de respect envers un entraîneur ou envers ses coéquipiers.

2.2.2 Désistement : Il est de la responsabilité de l'athlète et de ses parents d'annuler la participation à une compétition. Si un enfant doit s'absenter d'une compétition ou s'il est dans l'impossibilité de participer à une compétition reliée à son niveau, les parents doivent en aviser l'entraîneur-chef au moins un mois à l'avance. Passé cette date, le nageur sera automatiquement inscrit à la compétition et le montant d'inscription facturé aux parents (disponible sur le site Internet).

2.2.3 Blessures : Un athlète qui serait dans l'impossibilité de participer à une compétition pourra se retirer de la compétition sans frais s'il présente un billet médical. Le cas échéant, le nageur et ses parents devront payer les frais reliés à la compétition.

2.3 Paiement des compétitions : Les frais de compétition doivent être payés au plus tard le premier jour de la compétition. Le cas échéant, une pénalité de 10 \$ par semaine de retard sera chargée au compte du nageur.

## **2.4 Transport et Hébergement aux compétitions**

2.4.1 Transport : Le transport aux compétitions à l'extérieur n'est pas obligatoire, mais fortement suggéré. Les parents qui ne souhaitent pas que leur(s) enfant(s) utilise(nt) le transport d'équipe, doivent en faire part à l'entraîneur-chef un mois avant le début de la compétition. Ce délai passé, le coût du transport sera automatiquement ajouté au compte du nageur de l'enfant.

2.4.2 Hébergement : L'hébergement aux compétitions à l'extérieur n'est pas obligatoire, mais fortement suggéré. Les parents qui ne souhaitent pas que leur(s) enfant(s) utilise(nt) l'hébergement d'équipe, doivent en faire part à l'entraîneur-chef un mois avant le début de la compétition. Ce délai passé, le coût d'hébergement sera automatiquement ajouté au compte nageurs de l'enfant.

## **2.5 Équipement de compétition**

2.5.1 Tous les nageuses et nageurs qui participent aux compétitions sont dans l'obligation de porter les pièces d'équipement suivant :

2.5.1.1 Le casque de bain des Riverains;

2.5.1.2 Le gilet officiel de l'équipe;

2.5.1.3 Les culottes courtes du club ou encore des culottes longues bleu marine préalablement autorisées par l'entraîneur-chef;

2.5.1.4 Le maillot de compétition officiel des Riverains. Le port de tout autre maillot est interdit pour les nageurs n'ayant pas atteint les standards canadiens, juvéniles ou mieux.

## **2.6 Bagages et retour aux compétitions**

2.6.1 Trop souvent les nageurs partent pour 2 ou 3 jours avec suffisamment de bagages pour une semaine! Pour des raisons de sécurité évidentes, nous ne pouvons pas empiler les bagages des nageurs dans le fond de l'autobus. Nous demandons aux parents de contrôler la quantité de bagages que le nageur apporte afin qu'il traîne le minimum. Encore une fois, il s'agit de garder nos coûts de déplacement le plus bas possible.

- 2.6.2 Retour de compétition : Les nageurs ont toujours l'habitude d'appeler pour donner l'heure d'arrivée au Centre culturel. Nous demandons aux parents d'être à l'heure. L'entraîneur ou le chauffeur ne peut pas laisser le nageur attendre seul à des heures tardives au Centre culturel. De plus, par respect pour la personne responsable, il est essentiel de ne pas la faire attendre plus longtemps que les autres.
- 2.7 Nourriture lors des compétitions : Nous demandons aux parents de bien vouloir collaborer à la méthode proposée pour la distribution des repas. Pour certaines compétitions où les nageurs sont nombreux, des parents accompagnateurs s'occupent de certains repas; en d'autres temps, nous apportons des fours micro-ondes et faisons une petite épicerie afin d'éviter les restaurants et ainsi diminuer les coûts.

## **2.8. Hébergement**

- 2.8.1 En permettant aux nageurs de manger dans les chambres d'hôtel, les déchets dépassent très vite la capacité de la poubelle conventionnelle qu'on y retrouve. Les nageurs ont la responsabilité de garder la chambre propre tout au long de la fin de semaine de compétition.
- 2.8.2 Couvre-feu : Les nageurs doivent respecter le couvre-feu donné par l'entraîneur. Un nageur, qui ne respecte pas le couvre-feu ou qui adopte un comportement inapproprié à l'hôtel, se verra retirer de ses épreuves du lendemain.
- 2.8.3 Lorsque la chambre des nageurs est visitée par un individu autre qu'un occupant de cette chambre, la porte de cette chambre doit demeurer ouverte de façon à ce que les entraîneurs et/ou les parents accompagnateurs y aient facilement accès.
- 2.8.4 Les nageurs doivent rester dans la chambre qui leur est assignée par l'entraîneur au début de la compétition. Le nageur doit avoir l'autorisation de l'entraîneur avant de changer de chambre.
- 2.8.5 Si la chambre est endommagée ou encore si du matériel est reconnu manquant, la responsabilité des dommages appartient à tous les occupants de cette chambre à moins qu'un coupable n'ait été reconnu.

Toute action qui ne respecterait pas un des articles énumérés ci-dessus peut entraîner une sanction au nageur.

## **3. SANCTION ET PÉNALITÉ**

Tout incident devra être rapporté à l'entraîneur-chef, et ce, dans les plus brefs délais. S'il s'agit d'un incident important, l'entraîneur-chef avisera le président du club, afin que soient consultés les membres du conseil d'administration afin de voir si des sanctions doivent être prises.

Les sanctions peuvent prendre une ou l'autre des formes suivantes :

- Aviser le nageur par un avertissement verbal;
- Contact avec les parents;
- Avertissement écrit suite à la décision des entraîneurs, qui avisent le ou la présidente du club, qui à son tour en informe le conseil d'administration;
- Suspension de la compétition en cours, dans ce cas, il se peut que le nageur soit retourné chez lui à ses propres frais;
- Perte du privilège de voyager avec le club;
- Suspension pour une durée déterminée et, en dernier recours, l'expulsion du club.



#### **4. PARTICIPATION BÉNÉVOLE**

Comme la natation compétitive est l'un des sports qui demande un nombre très élevé d'officiels bénévoles et que les directeurs de rencontre cherchent continuellement à obtenir le personnel nécessaire, il fut adopté unanimement le 27 septembre 2007, de demander aux parents des nageurs P-1, P-2 et plus, un minimum de cinq participations aux différentes compétitions durant l'année à défaut de quoi ils devront payer 100 \$ au Club de natation les *Riverains*.

Aux parents des nageurs de niveau développement, il est aussi demandé un minimum de deux participations aux différentes compétitions durant l'année à défaut de quoi ils devront payer 40 \$ au Club de natation les *Riverains*.

Un chèque daté du 15 juin prochain est demandé en septembre et sera remis aux parents qui auront complété leurs sessions de chronométrage ou autres tâches d'officiels et de bénévolat dans une compétition.

#### **CLUB DE NATATION LES RIVERAINS DE LÉVIS**

---

Guillaume Mecteau  
Entraîneur-chef

---

Charles Labrie  
Entraîneur adjoint

---

Andrée L'Hébreux  
Présidente



*Je reconnais avoir pris connaissance de l'ensemble des règlements et politiques, des informations concernant les coûts, des conditions de participation, des règlements concernant le financement et des règlements du Club de natation les Riverains et je m'engage à les respecter.*

Nom du nageur : \_\_\_\_\_  
(en lettres moulées)

Date : \_\_\_\_\_ Signature du nageur : \_\_\_\_\_

*Comme parent, je m'engage à défrayer les coûts exigés, après lecture des pages précédentes, à respecter et faire respecter les conditions de participation au club et ses règlements. Je m'engage à une participation active dans une tâche bénévole pour assurer la bonne marche du club.*

- J'accepte que mes coordonnées apparaissent dans le bottin du Club.*
- J'accepte que des photos de mon enfant et nous parents puissent être utilisées à des fins de promotion seulement pour le Club de natation Les Riverains.*

De plus, si votre enfant a un problème de santé majeur, il est de votre responsabilité d'en aviser l'entraîneur par écrit.

Nom des parents : \_\_\_\_\_  
(en lettres moulées)

\_\_\_\_\_  
(en lettres moulées)

Signature du ou des parents : \_\_\_\_\_

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

P.-S. - Veuillez remettre ce document dûment signé à l'entraîneur.

*Note – Dans ce texte, le générique masculin est utilisé uniquement dans le but d'alléger le texte.*

\_\_\_\_\_  
Mise à jour, 30 août 2010