

Aptitudes du nageur compétiteur

La natation sportive est une activité exigeante qui produit certes beaucoup de plaisir et de satisfaction personnelle, si une certaine rigueur notamment d'hygiène de vie ainsi que dans le suivi des entraînements est respectée.

Ainsi, les nageurs inscrits en Pôle Performance & Compétition, sont tenus de respecter les 3 points suivants :

- ❖ Respect d'un nombre minimum d'entraînement hebdomadaire :
 - Benjamin 1 : 3 entraînements par semaine.
 - Benjamin 2 : 2 entraînements par semaine.
 - Lycée 1 : 4 entraînements par semaine.
 - Lycée 2 : 2 entraînements par semaine.
- ❖ Un suivi régulier de l'assiduité des nageurs est réalisé par les éducateurs et la commission sportive. En cas d'inassiduité répétée et non motivée aux entraînements imposés par le projet sportif du groupe, l'éducateur référent peut, en concertation avec le coordinateur sportif et la commission sportive du club, proposer de positionner le nageur dans un groupe d'assiduité inférieure.
- ❖ Respect des engagements en compétition.
- ❖ Le club est soucieux de la réussite scolaire des nageurs. Avec l'accord des parents, nous souhaiterions avoir une visibilité à chaque trimestre du bon déroulé de la scolarité des nageurs des groupes performances.
- ❖ En fonction des soucis scolaires rencontrés par les nageurs des groupes performances, la commission sportive et les éducateurs se tiennent à votre disposition pour discuter des aménagements et des aides possibles pour la pleine réussite du double projet scolarité et sport.
- ❖ Lors de l'inscription, il sera précisé aux nageurs des groupes performances de l'obligation de participation au minimum à 2 des 3 challenges des avenir que le club propose durant toute la saison. Ces challenges seront positionnés en dehors des compétitions pour permettre aux nageurs d'y participer.

Participation et prise en charge des nageurs lors des compétitions

Notre Club a pour objet de préparer et de faire participer ses nageurs aux compétitions sportives notamment celles organisées par les instances fédérales, de telle sorte que les nageurs du pôle Compétition sont tenus de participer à toutes les compétitions sur lesquelles leur éducateur les engage. En cas de forfait déclaré ou non déclaré après la période d'engagement, le Bureau du club pourra se prononcer chaque mois sur la possibilité de réclamer les frais d'engagements et de repas avancés par le Club.

Les conditions d'organisation et de prise en charge des nageurs aux compétitions sont les suivantes :

- A. **L'engagement des nageurs** en compétition revient exclusivement aux éducateurs des groupes concernés, validé par le coordinateur sportif du club. Les conditions d'engagement d'un nageur à une compétition sont soumises aux règlements émis par les instances fédérales (conditions d'accès) et au respect des conditions d'entraînements exprimées dans le paragraphe précédent.
- B. **Les coûts d'engagement** sont intégralement pris en charge par le Club. L'éducateur convoque par tous moyens le nageur à la compétition. Il précise à cette occasion le lieu de la compétition ainsi que les modalités d'organisation de celle-ci (heure d'ouverture des portes, courses sur lesquelles le nageur est engagé, ...).
- C. **Pour toute compétition organisée dans les Départements du Nord et du Pas-de-Calais :**
 1. **L'organisation du transport et de la restauration du nageur vers le lieu où se déroule la compétition, ainsi que les frais inhérents sont à la charge du nageur ou de ses parents.** Le Club décline toute responsabilité dans l'organisation et le déroulement de celui-ci et ne prend en charge aucun coût de transport. Dans l'hypothèse où l'éducateur se propose de mettre à disposition son véhicule personnel, cette mise à disposition n'engage que ce dernier à titre personnel et non professionnel.
 2. Aucun frais d'hébergement ne sera pris en charge par le Club.
- D. **Pour toute compétition de niveau championnat régional et meetings organisés hors de la région Hauts-de-France :**
 1. **En cas de participation d'un nageur sur 2 jours de compétition minimum**, l'hébergement et la restauration du nageur sera soumis à une participation des parents à hauteur de **25 €** (repas du soir + nuit + petit déjeuner) + 6€ (par repas du midi) par jour de compétition. Les nageurs seront placés sous la responsabilité de leur éducateur, en qualité notamment d'encadrant, tout le temps nécessaire pour les besoins de la compétition.
 2. Un formulaire sanitaire émis par la DRAJES sera renseigné (en début de saison pour l'ensemble des compétitions).
 3. **Dans le cas où le club serait dans l'obligation de louer un moyen de transport (minibus), le club pourra prendre la décision d'imputer un pourcentage du tarif de la location aux nageurs ne participant pas au covoiturage vers le lieu de compétition. Ce pourcentage sera calculé en fonction du meeting (distance, recherche de qualifications, ...).**

4. Seul l'éducateur responsable du groupe peut justifier un départ la veille de la compétition pour les raisons suivantes : éloignement du lieu de compétition supérieur à 2h de temps de transport, possibilité de qualification pour les championnats de France, impossibilité de réservation d'un hébergement tardif.
5. Avant le départ pour la compétition, l'éducateur précisera notamment aux nageurs ainsi qu'à leurs familles les modalités de logistique (transport, hébergement et restauration).

E. Pour tout meetings hors secteur géographique (Hauts-de-France) :

1. Seul le coordinateur sportif peut valider les nageurs participant aux meetings hors des Hauts-de-France. Le budget du meeting sera présenté par celui-ci et validé par le comité directeur du club.
2. Une limitation à 8 nageurs est fixée par le comité directeur pour tous déplacements hors secteur (hors championnat de France).
3. La logistique et la prise en charge par le club sont précisées ci-dessus (point D).

F. Pour toute compétition du championnat de France ou de niveau supérieur :

1. **L'ensemble des frais de déplacement** (transport, hébergement, restauration) sera **intégralement** pris en charge par le club.
2. **En cas de qualifications sur les championnats de France Junior et plus**, le club s'engage à participer financièrement à hauteur de **200 €** une combinaison de natation au nageur de catégorie junior lors de sa première participation. Cette aide ne sera pas réitérée à chaque saison sportive.

G. Pour les officiels participants aux compétitions de natation :

1. L'ensemble des frais sera pris en charge par le club (frais de restauration et d'hébergement) dans le cas où l'officiel participe à l'ensemble des réunions de la journée ou des journées de compétition.
2. Dans le cas où l'officiel souhaite ne participer qu'à une seule réunion par jour, les frais inhérents à sa participation ne seront pas pris en charge par le club.
3. Une limite de 16 € par repas sera prise en charge par le club par officiel. Au-delà, le club facturera le supplément.
4. Dans le cas où l'officiel souhaite prendre sa réservation d'hébergement par ses propres moyens, et sous réserve de sa participation à l'ensemble des réunions de la compétition, le club remboursera les frais de l'officiel sur un montant maximum de 50 € par nuitée et petit-déjeuner compris (uniquement sur les compétitions où sont engagés des nageurs du club).

H. **En cas de non-respect du règlement intérieur** du club, ou de défaut de sécurité après la validation des engagements du nageur, le comité directeur et le coordinateur sportif du club ont le pouvoir de déclarer le « forfait » du nageur en compétition.

Le comité directeur peut demander auprès des parents du nageur le remboursement intégral des frais d'engagement et de déplacement de la compétition.

Par ailleurs, si cela intervient lors de la compétition, le rapatriement du nageur vers son lieu d'habitation se fera à la charge des parents.

Participation et prise en charge des nageurs lors des stages extérieurs

Notre club a pour objet de permettre à tous ses nageurs de développer leurs compétences en vue d'accéder au plus haut niveau de compétition fédérale. De ce fait, le Club s'engage à proposer pour tous ses nageurs des groupes Performance & Compétition des stages internes durant les vacances scolaires.

Par ailleurs, dans un souci d'évolution pour accéder aux championnats sur les bassins olympiques, le Club offre la possibilité chaque saison de participer à un stage extérieur de perfectionnement en bassin de 50m pour les nageurs du groupe Performance.

A ce titre, les conditions d'organisation et de prise en charge des nageurs pour les stages extérieurs sont les suivants :

- A. La proposition de stage aux nageurs des groupes Performances revient exclusivement aux éducateurs des groupes d'entraînements concernés.
- B. Le budget du stage est fixé par le comité directeur en début de saison et transmis au coordinateur sportif du Club qui se charge de la réservation du stage.
- C. La période du stage et sa durée (en nombre de nuitées) revient exclusivement au coordinateur sportif du Club.
- D. Le Club se charge de toutes les réservations logistiques pour ce déplacement (transport, hébergement, restauration, activités supplémentaires, location de ligne d'eau, de salle de musculation, ...).
- E. Le coordinateur sportif devra présenter à l'ensemble des participants toute la logistique et le projet pédagogique du stage extérieur 4 mois minimum avant le départ pour le stage.
- F. Pour tous les stages extérieurs, le Club prendra à sa charge 50 % du coût total. Les 50 % restants seront répartis à parts égales à tous les participants de ce stage.
- G. Une autorisation parentale pour le déplacement sera demandée à chaque participant et devra être donnée avec toutes les pièces justificatives demandées 1 mois avant le départ pour le stage.
- H. En cas de non-respect du règlement intérieur du club, des locaux utilisés, ou de défaut de sécurité pendant le stage, le comité directeur et le coordinateur sportif du club ont le pouvoir de suspendre immédiatement la participation au stage du nageur. Le comité directeur peut demander auprès des parents du nageur le remboursement intégral des frais de réservation pour le stage. Par ailleurs, le rapatriement du nageur vers son lieu d'habitation se fera à la charge des parents.

PROTOCOLE BLESSURE

La pratique sportive en natation peut parfois être traumatique au niveau musculaire ou tendineux dû à la répétition de gestuelle à haute vélocité. Par ailleurs, d'autres blessures musculosquelettiques peuvent survenir lors de la vie quotidienne du sportif (blessures en EPS, chutes entraînant des fractures plus ou moins sévères, etc...).

Ces blessures parfois invalidantes imposent la plupart du temps d'observer un arrêt de la pratique sportive pouvant aller d'une semaine à plusieurs mois en fonction de la gravité du traumatisme.

Il est donc nécessaire d'appliquer au sein des entraînements des protocoles pour permettre au sportif de poursuivre sa pratique sportive ou de reprendre plus progressivement une pratique sportive comme organisée avant l'arrêt de celle-ci.

Par conséquent, au regard de l'expérience des éducateurs et des nageurs du club en situation de blessure, le protocole présenté ci-après sera mis en application en fonction de la sévérité de la blessure :

- A. En cas d'arrêt de la pratique de la natation avec les membres supérieurs durant un laps de temps inférieur ou égal à 2 semaines :
 - Adaptation des programmes d'entraînement quotidien par les éducateurs.
 - Mis en avant du projet d'adaptation des entraînements en amont de la première séance pour validation auprès du nageur.
 - Maintien dans les séances de son groupe avec reprise progressif sur les membres supérieurs en concertation avec le corps médical du nageur.
- B. En cas d'arrêt total de la pratique de la natation durant un laps de temps inférieur ou égal à 2 semaines :
 - Séance d'essai réalisée avec le groupe d'appartenance du nageur.
 - Cette séance sera adaptée pour convenir à une reprise du nageur suite à ses blessures.
 - L'objectif de cette séance est d'observer les différences de niveau potentielles entre le nageur et le reste du groupe.
 - En cas de faible différence observée par l'éducateur du groupe, le nageur pourra continuer de s'entraîner avec celui-ci en parallèle d'une adaptation des entraînements pour effectuer une reprise progressive.
 - En cas de différence trop importante entre le nageur et le groupe, l'éducateur et la commission sportive du club positionneront le nageur pendant un délai d'au moins 2 semaines éventuellement reconductibles (à l'appréciation de l'éducateur référent du groupe) dans un groupe de niveau inférieur mais en respectant les catégories d'âge.
- C. En cas d'arrêt ou d'adaptation de la pratique natatoire pour un nageur sur un laps de temps supérieur à 2 semaines :
 - Le nageur sera convié à participer aux séances d'entraînements du groupe de niveau inférieur.
 - En concertation avec le corps médical du nageur, la fréquence des entraînements pourra être revue à la baisse.
 - Ces aménagements d'entraînements et de contenu pédagogique seront discutés avec les éducateurs et la commission sportive lors d'un entretien pour validation du plan d'entraînement.
 - La reprise avec le groupe d'origine du nageur pourra s'opérer lorsque les exigences d'entrée dans le groupe seront réunies par le nageur.