

BIENVENUE AU LUNEL ATHLÉTISME



LIVRET D'ACCUEIL



SOMMAIRE

PRÉSENTATION DU
LUNEL ATHLÉTISME 01-03

LE BÉNÉVOLAT
INDISPENSABLE AU
FONCTIONNEMENT
DU CLUB 04-05

LES CATÉGORIES ET
CONTENUS DES
SÉANCES 06

DROITS ET
DEVOIRS 07

RENCONTRES 08

STAGES 09

INFORMATIONS
UTILES 10-11

CONTACTS 12



PRÉSENTATION DU LUNEL ATHLÉTISME

Le Lunel athlétisme est une association sportive de loi 1901, affiliée à la Fédération Française d'Athlétisme. Son cœur de métier est la pratique de l'athlétisme. Elle enseigne, encadre:

- l'athlétisme dès 5 ans (BABY athlé, École d'athlétisme et interventions scolaires)
- l'athlétisme en compétition dès 11 ans sur piste (courses, sauts et lancers) et hors stade (running, demi fond, marche nordique)
- l'athlétisme loisirs
- Forme et santé (pathologies chroniques, remise en forme et la condition physique)



Histoire

Le club d'athlétisme a été créé en 1965 sous le nom de Racing Club de Lunel puis devient le Lunel Athlétisme en 1990 et s'affilie à la Fédération Française d'Athlétisme.

Nombre d'adhérents
300

Ressources humaines
2 salariés
3 prestataires

Niveau du club :

National: 380/1876 clubs
Régional: 26 /137 clubs
Départemental: 4/29 clubs

PRÉSENTATION DU LUNEL ATHLÉTISME

Nos valeurs:

Au Lunel Athlétisme nous portons de l'intérêt :

- A la convivialité et au partage
- A l'individualité de chacun
- Aux valeurs du sport
- A la bienveillance et l'Équité
- Au respect réciproque
- A la valorisation et l'encouragement

Notre but:

Lunel Athlétisme facilite la pratique et l'accès de l'athlétisme à tous les niveaux, à tous les âges en s'adaptant aux envies, aux objectifs de chacun dans la ou les disciplines de leur choix.

Nos missions

La promotion de l'athlétisme et de ses bienfaits sur la santé par sa découverte, sa pratique et en FORMANT les bénévoles, les salariés et les stagiaires. Faire en sorte que l'engagement et l'implication des jeunes et des parents soit associé à l'athlétisme.

Nos points forts

Nous avons à disposition un équipement sportif neuf et bien entretenu. Nous mettons à disposition de nos adhérents, partenaires et clients un encadrement de qualité tant sur le plan sportif que humain.



NOTRE PROJET ASSOCIATIF

SE PROFESSIONNALISER

- Accueillir des stagiaires, des services civiques
- Former nos salariés, stagiaires et bénévoles en proposant des temps de formations internes, encourager la participation aux colloques, aux conférences et proposer un accompagnement sur mesure
- renforcer et pérenniser notre position de club formateur

DÉVELOPPER L'AXE COMPÉTITION

- Des animations Jeune Juge
- Accompagnement individualisé
- Stages orientés au perfectionnement
- Amener à la prise de conscience de son corps
- Mobiliser des jeunes juges et des juges
- Proposer des séances groupées de préparation mentales

SENSIBILISER

- Alimentation équilibrée
- Développement durable
- Engagement associatif
- Démarche Responsabilité Sociétale des Entreprises

CRÉER

- Une section forme santé
- Des événements sportifs (meeting)
- Une tribune
- Un accueil club house

COMMUNIQUER

- Sur les réseaux sociaux et le site internet de l'association
- Organiser des réunions de début de saison
- Organiser des événements conviviaux
- Créer un livret de saison
- Développer l'équipe interclub



LE BÉNÉVOLAT INDISPENSABLE AU FONCTIONNEMENT DU CLUB

Le club est une association de loi 1901, c'est-à-dire une association à but non lucratif. Chaque événement sportif organisé au sein du club et des ses sections permet de contribuer au fonctionnement du club et à la pérennité des emplois.

Le profit de ses événements sert à l'achat de matériel, à mettre en place des moments de convivialité ou encore à financer les déplacements en compétition entre autres.

Il est donc essentiel pour le club et pour chaque section de pouvoir mettre en place ses événements. Pour le faire dans de bonnes conditions, nous faisons appel au bénévolat de nos adhérents (athlètes, parents, jeunes).

Le bénévolat peut se faire sous différentes formes, selon vos envies, vos disponibilités. Cela peut-être aider à l'installation de l'un de nos événements, aider à la tenue de la buvette, aider à l'encadrement des plus jeunes ou même devenir sponsor etc....

Si vous avez du temps et l'envie pour faire du bénévolat au club, n'hésitez pas à vous faire connaître.



S'IMPLIQUER DANS LA VIE DU CLUB

AGIR AIDER PARTICIPER



COMPÉTITIONS

- AIDE JUGE
- JUGE EN FORMATION
- JUGE OFFICIEL
- CHEF D'ÉQUIPE KID ATHLÉ
- COVOITURAGE

ADMINISTRATIF

- AIDE AUX INSCRIPTIONS
- DEVENIR MEMBRE DU CONSEIL D'ADMINISTRATION
- COMMUNICATION INFORMATIQUE
- SECRÉTARIAT
- COMPTABILITÉ

DIVERS

- BUVETTE
- ÉVÉNEMENTIEL
- RECHERCHE DE PARTENAIRES

ENTRAÎNEMENT

- AIDE À L'ENCADREMENT
- MISE EN PLACE OU RANGEMENT DU MATÉRIEL
- PERMANENCES ET ACCUEIL

DROITS ET DEVOIRS DES ATHLÈTES



MES DEVOIRS



- Je dois être dans une tenue adaptée au sport et à la saison
- Je dois arriver à l'heure à l'entraînement et aux rencontres
- Je suis assidu
- Je dois écouter pour mieux comprendre
- Je dois être exigeant sur ma façon de faire les activités
- Je dois persévérer
- Je dois respecter les autres et accepter les différences
- Je dois pratiquer toutes les activités proposées
- Je dois écouter et appliquer les consignes de sécurité
- Je dois aider mes camarades si besoin
- Je dois venir aux rencontres (1 kid cross et 3 kid Athlé au minimum + cross du club) et aux compétitions à partir de benjamins (1 épreuve en salle, 1 cross, 2 à 3 épreuves estivales)

MES DROITS

- J'ai le droit de prendre du plaisir
- J'ai le droit d'éprouver de nouvelles sensations
- J'ai le droit de demander de l'aide lorsque je ne sais pas faire ou que je ne comprends pas
- J'ai le droit de me faire des amis
- J'ai le droit de récupérer entre les jeux
- J'ai le droit de ne pas réussir les premières fois
- J'ai le droit d'être fier de moi

Tout comportement incorrect ou perturbateur lors des séances d'entraînement, des déplacements ou lors des compétitions/recontres entraînera la procédure de radiation décrite article 4 des Statuts du L.A. sans remboursement de cotisation. Un respect mutuel est attendu entre les athlètes, entraîneurs (salariés et prestataires), parents et dirigeants.



LES CATÉGORIES



**POUR UNE PRATIQUE
EN SÉCURITÉ IL ME
FAUT UNE PAIRE DE
BASKET ADAPTEE**

Dans l'athlétisme éducatif que la FFA* préconise pour les enfants de moins de 12 ans, l'évolution du futur athlète se mesure en termes de performance motrice, progressant à partir d'habiletés simples vers des habiletés plus complexes. Le Pass'Atlhé a été créé dans ce but: évaluer et valider les progrès des enfants dans le domaine de l'habileté motrice.

Même si l'athlétisme est par essence un sport où les performances chronométriques ou métriques sont primordiales, le Fédération française d'athlétisme préconise une pédagogie basée sur les progrès moteurs de l'enfant.

MON SAC DE SPORT

J'y mets :
une gourde d'eau
un tour de cou l'hiver
crème solaire l'été
1 kway

MA LICENCE

Mon numéro de licence est important, à chaque inscription aux rencontres il me sera demandé.

INSCRIPTION RENCONTRES

Je respecte les dates limites des inscriptions.
Je ne pourrais plus m'inscrire après la date fixée.

ÉVEIL ATHLÉTIQUE POUSSIN

Pour les Éveils Athlétiques et les Poussins, l'accent sera mis sur le passage à une motricité athlétique au moyen d'exercices variés basés sur le jeu et abordant la coordination spécifique toujours autour des trois habiletés : se déplacer, se projeter, projeter.

BABY ATHLÉ

En Baby Athlé, l'accent est mis sur le développement de la coordination, de l'équilibre, de l'adresse... L'enfant apprend à contrôler son corps.



LES RENCONTRES SPORTIVES

BABY ATHLÉ (BA)

Animation cross
du club
Participation au Kid trail
Pass' Aventure

ÉVEIL ATHLÉTIQUE (EA)

Kid cross/ Trail
Kid Athlé
Pass' Athlé
Nuit de l'athlétisme
Découverte PO*

POUSSINS (PO)

Kid cross
Trail
Kid Athlé
Pass' Athlé
Nuit de l'athlétisme
Cross départemental
Triathlon départemental
Découverte BE*

Kid Cross

RENCONTRE SPORTIVE EN EQUIPE
THÈME: ENDURANCE

Kid Athlé

RENCONTRE SPORTIVE EN EQUIPE
THÈME: VITESSE, LANCER, SAUT ET
ENDURANCE

Kid Trail

RENCONTRE SPORTIVE EN EQUIPE
EN PLEINE NATURE
THÈME: ENDURANCE

Pass' Aventure/ Athlé

PROGRAMME PÉDAGOGIQUE
D'ÉVALUATION ANNUELLE DES
PROGRÈS MOTEURS DE VOTRE
ENFANT*

Nuit de l'athlétisme

CÉRÉMONIE DE RECOMPENSES
ORGANISÉE PAR LE
COMITE D'ATHLETISME

CALENDRIER DES RENCONTRES* BABY, ÉVEILS ET POUSSINS 2023-2024

CROSS DU CLUB (ANIMATION) MERCREDI 18 OCTOBRE 2023	15H30 UNIQUEMENT BA
KID CROSS DU CLUB mercredi 18 Octobre 2023	16H30 UNIQUEMENT EA
CROSS DU CLUB mercredi 18 Octobre 2023	À 17H30 UNIQUEMENT PO
KID CROSS à SETE 11 Novembre 2023	10H00-12H00 EA ET PO
CROSS DEPT. ST MATTHIEU LAC du Jantou 14 Janvier 2024	EA PO
KID CROSS À LUNEL Samedi 03 Février 2024	9H30-12H00 EA ET PO
KID TRAIL A LUNEL 27 Avril 2023	9h30-12h EA ET PO

KID ATHLÉ À LUNEL Samedi 9 décembre 2023	09h30 à 12h00 EA ET PO
KID ATHLÉ À SETE STADE DU COMPLEXE DU LIDO SAMEDI 02 MARS 2024	10h00 à 12h00 EA ET PO
KID ATHLÉ à LUNEL Samedi 09 Mars 2024	09h30 à 12h00 EA ET PO
KID ATHLÉ AU CRES Salle Marceau Crespin lundi 18 MARS	17H30-19H00 EA et PO
KID ATHLE ST CLEMENT DE RIVIERE, POLE ST SAUVEUR 01 JUIN 2024	17h30 à 19h00 EA et PO
TRIATHLON DEPARTEMENTALE 02 JUIN 2024*	JOURNÉE UNIQUEMENT PO

LE CALENDRIER DE LA SAISON EST DONNÉ A TITRE INDICATIF

- *BA: BABY
- *EA: ÉVEIL ATHLÉTIQUE
- *PO: POUSSIN



LES STAGES DES BABY, ÉVEILS ET POUSSINS 2022-2023



VACANCES SCOLAIRES 2023 -2024

EVEIL ATHLÉTIQUE et POUSSIN:

8h30-17h00

du 24 au 27 oct.

ET

du 9 au 12 avril

**BABY
9h-15h**

le 24 oct. et le 9 avril

LIEN POUR S'INSCRIRE:

<https://www.lunelathle.fr/collect/description/350608-o-stage-vacances-octobre-2023-baby-eveils-poussins>

VACANCES D'ETE 2024

EVEIL ATHLÉTIQUE et POUSSIN:

**8h30-17h00
du 8 au 19 juillet**

BABY

A préciser

INFORMATIONS UTILES

POUSSINS (2013-2014)

LUNDI 17H45-19H00 ET
MERCREDI 13H45-15H
OU
MERCREDI 15H15-16H30 ET
SAMEDI 10H45-12H00

EVEILS ATHLÉTIQUES (2015-2017)

2017 & 2016
MARDI 17H45-18H45 ET
SAMEDI 9H30-10H30
2015
MERCREDI 11H-12H ET
VENDREDI 17H45-18H45

HORAIRES 2023-2024

BABY (2018-2019)

MERCREDI:
10H-10H45
OU
SEANCE
SUPPLEMENTAIRE (EN
FONCTION DU NOMBRE
D'INSCRITS)

EN CAS DE MAUVAIS
TEMPS, LES SÉANCES NE
SONT ANNULÉES QUE SI
L'ENTRAINEUR VOUS
INFORME DE CETTE
ANNULATION.



DÉPLACEMENTS

Pour les Eveils et les Poussins, les déplacements pour les rencontres KID cross et athlé ayant lieu majoritairement dans le département, ne sont pas pris en charge par le club, toutefois il est possible d'organiser des covoiturages entre parents. Il suffit de vous manifester auprès de l'entraîneur, vous serez mis en relation avec les bonnes personnes. Votre enfant sera pris en charge dès son arrivé sur les lieux de la compétition et pendant toute la compétition.

RESPONSABILITÉ

Votre enfant est sous notre responsabilité:

- Dès le début de la séance et ce jusqu'à la fin de la séance, pas avant et ni après les horaires 2023-2024 (indiqués sur cette page*)
- Votre enfant est pris en charge au lieu de rassemblement situé à l'intérieur du stade et vous devez le récupérer en fin de séance (indiqués sur cette page*) au même endroit.

INFORMATIONS UTILES

QUELQUES POINTS IMPORTANTS DU RÉGLEMENT INTÉRIEUR

En validant votre inscription vous y avez consenti.

1- Les horaires et la composition des séances d'entraînements du Lunel Athlétisme sont fixés chaque début de saison par catégories. Un créneau horaire peut être ajouté mais aussi déplacé ou supprimé si l'effectif du groupe devient insuffisant. Sur l'année, le club assure une trentaine de semaines d'entraînement (60 séances si 2 entraînements par semaine par exemple).

2- Aucune garderie n'est effectuée avant ou après ces horaires. Le Conseil d'Administration dégage toute responsabilité en dehors des horaires d'entraînement et/ou compétition. Les parents doivent accompagner leurs enfants dans l'enceinte du stade, contrôler leur prise en charge par les animateurs et venir les récupérer au même endroit. Une liste de présence est tenue par chaque entraîneur.

3- Une tenue appropriée à la pratique de l'athlétisme est exigée (survêtement, short, chaussures de sports...). Le maillot officiel du club est offert lors de la 1ère adhésion (licence compétition) à partir de la catégorie benjamin et son port est obligatoire en compétition officielle. Il est formellement interdit de se promener torse nu sur le stade.

4- Tout comportement incorrect ou perturbateur lors des séances d'entraînement, des déplacements ou lors des compétitions entraînera la procédure de radiation décrite article 4 des Statuts du L.A. sans remboursement de cotisation. Un respect mutuel est attendu entre les athlètes, entraîneurs (salariés et prestataires), parents et dirigeants.

Règlement intérieur disponible sur le site internet du Lunel Athlétisme.



NOS PARTENAIRES



Nos adhérents bénéficient d'avantages avec nos partenaires.
Pour en savoir plus, rendez-vous sur <https://www.lunelathle.fr>



LIVRET D'ACCUEIL

CONTACTEZ-NOUS

Stade Colette Besson
205 chemin des cabanettes 34400 Lunel

Téléphone : 06 09 12 76 67
Email : lunelathletisme@yahoo.fr
<https://www.lunelathle.fr>



Lunel Athlétisme - Officiel

