Charte de l'association sportive Splach Triathlon de l'Isle Jourdain

30 Novembre 2017

Cette charte est un complément au document décrivant les statuts de l'association. Elle détaille notre approche du triathlon et comment nous souhaitons le vivre ensemble tout au long de la saison. Nos valeurs émanent de ce document.

Article 1 : Le cadre de notre pratique

Notre club réunit un groupe de passionnés du triathlon qui le pratiquent aussi bien en loisir qu'en compétition. Les défis, la recherche de la performance sont une affaire personnelle. Le club privilégie avant tout l'approche loisir en n'imposant aucune participation à des compétitions.

Le club met en œuvre des activités afin de promouvoir le partage, la convivialité et la solidarité entre les membres du club.

Ces activités consistent d'une part en des entraînements, chaque semaine, tout au long de l'année, durant des séances encadrées ou des sorties libres. Le but premier de ces entraînements est de nous permettre de progresser et de participer aux épreuves dans les meilleures conditions.

D'autres part, quelques rendez-vous annuels permettent de défendre les couleurs du club. Cela peut être des épreuves en équipe ou bien en individuel sur une même date ou un week-end. Dans ce cas de figure, le choix de l'évènement est conditionné par un large choix de formats afin de satisfaire toutes les envies et tous les niveaux.

Enfin, les membres du club participent aux épreuves de leur choix.

En plus des entraînements spécifiques à la pratique du triathlon, nous partageons les plaisirs de la nage en piscine ou en eaux libres, du vélo de route ou VTT, du run&bike et enfin de la course à pied, en nature et sur route. Le club regroupe donc les trois sports mais chacun est libre d'en pratiquer une partie ou la totalité. Nous invitons les adhérents à proposer ces types de sorties, à l'ensemble des adhérents sans distinction de sexe via nos moyens de communication. Cependant ces invitations seront placées hors des créneaux programmés pour les entraînements coachés.

Enfin, des échanges entre clubs de triathlon agrémentent notre pratique, ils se déclinent en quelques sorties vélo et stages. Nous entretenons des liens forts avec le club de Portet sur Garonne car nous partageons l'organisation du triathlon des Portes de Gascogne qui se déroule à l'Isle Jourdain, au mois de juin.

Article 2 : Liberté

Les triathlètes ne s'engagent ni sur les terrains politiques, ni religieux, tout adhérent au club est libre de ses croyances et appartenances mais ne se sert en aucun cas du club comme espace de prosélytisme ou de diffusion.

Article 3 : La santé de l'adhérent

Même si l'adhérent est apte à pratiquer le triathlon en loisir ou en compétition, certificat médical d'aptitude qu'il fournit lors de la prise de licence sur le site internet de la fédération française de triathlon (FFTRI), il peut être sujet à un problème de santé, chronique ou temporaire qui peut l'exposer à une défaillance lors d'un entraînement. L'adhérent est alors invité à prévenir le bureau de ce problème, des mesures à prendre en urgence et de la personne à prévenir. Le bureau s'engage à la confidentialité et préviendra uniquement les prestataires en coaching.

Article 4 : les pré-requis

Pratiquer le triathlon demande un minimum de capacité sportive et quelques équipements qui additionnés peuvent peser dans votre budget. Ceci est aussi vrai pour le duathlon.

- nager le crawl et/ou la brasse, les séances de coaching en natation suppose que vous êtes déjà un nageur moyen et n'ont pas vocation à vous initier à la nage. Ces séances ont pour but de corriger des défauts afin d'améliorer votre glisse, vous renforcer musculairement, accroître votre vitesse et votre endurance. Une combinaison de nage en néoprène est bien souvent nécessaire surtout en début de saison où les eaux sont autour des 15 degrés dans notre région.

- posséder un vélo de course, porter un casque pendant la pratique et une tenue d'hiver si vous souhaitez suivre le groupe l'hiver.

- pouvoir courir régulièrement une petite heure par semaine.

Article 5 : Valeurs

Lors de sorties hors entraînement coaché, un splacheur triathlète se doit d'aider en toutes circonstances un autre splacheur triathlète. Aussi, le splacheur adaptera toujours son allure pour attendre le splacheur moins rapide. En compétition, les splacheurs pourront faire le maximum pour porter haut les couleurs et le nom du club. La bonne santé et l'intégrité physique étant primordiales, les splacheurs insistent sur les échauffements, l'hydratation, la nutrition, la récupération, les étirements. Un minimum d'un entraînement par semaine sur chaque sport est conseillé pour bien vivre ce sport. Pratiquer plus est gage de progression notable mais les temps de récupération doivent être aussi la préoccupation du triathlète.

Article 6 : Implication des membres

Les triathlètes s'entraident et participent tous sans exception à la bonne marche du club. Ils sont encouragés à être force de propositions, d'investissement personnel sur une thématique portée par le club.

Le vice-président sera chargé de la recherche de prestataires en coaching et assurera l'interface avec eux durant la saison.

L'animateur officiel du club entretiendra une dynamique dans le club afin que la démotivation ou l'absentéisme ne s'immiscent pas pour les entraînements. Il veille au respect des engagements actés en AG sur des propositions de sorties. Il orchestre le choix des dates pour les rendez-vous clés du club et délègue les tâches d'organisation

Le triathlète doit retenir qu'être adhérent implique aussi sa participation obligatoire à l'évènement du triathlon des Portes de Gascogne en tant que bénévole. Cet évènement se déroule généralement la première quinzaine de juin à l'Isle Jourdain. L'adhérent ne sera pas compétiteur ce jour-là sauf dérogation pour une première inscription suivant les conditions inscrites dans les statuts du club. La difficulté de la mise en place d'un tel évènement est de constituer le quota nécessaire de bénévoles. Pas assez de bénévoles et l'évènement est annulé. Les recettes de cet évènement sont vitales pour notre club, car elles financent une part non négligeable des entraînements coachés.

Des postes reviennent d'office aux membres du bureau pour cet évènement :

- **Le président** de l'association orchestre les aspects logistiques,
- **le responsable 'Médias'** joue pleinement son rôle de rapporteur lors de cet évènement et de vecteur de communication (radio, presse…), il peut se faire assister de photographes ou vidéastes,
- **le responsable des relations extérieures** prend en charge les invités de l'association (représentants institutionnels, partenaires…),
- **le secrétaire** sera largement sollicité dans l'organisation de cet évènement,
- **le trésorier et le vice-président** seront en charge de la gestion des bénévoles,
- la gestion spécifique du parc à vélo sera confiée à un adhérent qui se déclarera lors de l'AG. A défaut le président prendra ce rôle.

Article 7 : Convivialité

L'humour et la convivialité sont des valeurs essentielles pour que chacun se sente bien au sein du groupe et parfaitement intégré. On participera donc « joyeusement » à un maximum de courses, de sorties. De même des petites bouffes seront les bienvenues. D'ailleurs, l'animateur officiel du club ne manquera pas de proposer quelques

rendez-vous festifs au cours de la saison sportive. Tout splacheur est encouragé à proposer un moment de détente, par exemple autour d'un verre après un entraînement.

Article 8 : Droit à l'image

En adhérant à notre club, vous acceptez d'être photographié ou filmé. Ces images peuvent être diffusées sur différents médias, notre groupe privé sur Facebook, notre site internet, la presse locale, le site internet de l'OIS ou le site internet de la mairie de l'Isle Jourdain. Les images diffusées sont respectueuses de la personne photographiée ou filmée.

Signature de l'adhérent précédée du nom et du prénom et de la mention « Lu et approuvé, le JJ/MM/AAAA »