

TRIATHLON FLERS LA FERTE MACE

BIENVENUE AU CLUB

1 - Les valeurs du club

- Transmettre le goût de l'effort et développer la ténacité (qualités inhérentes au triathlon) sans pour autant rechercher un résultat autre que celui du plaisir éprouvé
- Respecter et faire respecter la nature et notre environnement
- Favoriser la pratique du triple sport en famille (loisirs) pour être bien dans son corps (bien-être physique) et dans sa tête (estime de soi).
- Faire accompagner le triathlète néophyte par un triathlète confirmé (chaque triathlète confirmé a été un triathlète débutant qui a été aidé)
- Apprendre à respecter les règles du "Bien vivre ensemble" : accepter les différences de point de vue et de comportement pour enrichir sa personnalité et en faire une force au service du club
- Transmettre aux enfants les valeurs éducatives universelles :
 - ➔ respect des consignes indiquées
 - ➔ respect des décisions arbitrales
 - ➔ respect mutuel entre les enfants dans une mixité expliquée et acceptée
 - ➔ respect mutuel entre l'enfant et l'adulte
 - ➔ respect de l'autre que je fais progresser si je suis plus fort ou qui me fait progresser si je suis plus faible
 - ➔ respect du matériel
 - ➔ respect des règles d'hygiène
 - ➔ respect des règles de sécurité routière, aquatique et pédestre
- Surveiller le langage des enfants : ne pas banaliser les propos grossiers, insultants, sexistes ou vulgaires
- Accompagner l'enfant dans son développement psychomoteur sans chercher à en faire systématiquement un "champion olympique"
- Privilégier le sport pour tous et l'accessibilité du triple sport au plus grand nombre
- Redonner le goût d'une activité physique variée à ceux et à celles qui se sont sédentarisé(e)s

2 – La vie du club

2.1 – Inscription

Elle comporte les étapes suivantes

- **Inscription sur le site de la FFTRI** (Espace Tri 2.0). Cliquer sur le bouton "Se licencier" pour une nouvelle adhésion ou "se connecter" pour un renouvellement. Suivre la procédure. Télécharger le document d'inscription émis par la FFTRI.
- **Adhésion club** : Se connecter au site du club. Cliquer en haut à gauche de l'écran l'option désirée. Créer le compte permettant la connexion ultérieure au site. Télécharger les documents.

Remarque : Les enfants nés en 2001 ou après bénéficient d'une licence à moitié prix si les 2 parents sont licenciés ou s'ils sont frères ou sœurs licencié(es) né(es) en 2001 ou après sans limite de nombre. Le coût de l'adhésion au club reste le même pour chaque enfant. L'inscription des frères et sœurs doit être simultanée. Cette réduction est appliquée jusqu'à ce que la FFTRI la supprime.

2.2 – Accès au site Internet du club

L'accès au site internet du club (www.lafertemace.flers-triathlon.fr) est libre, en lecture, pour chaque adhérent. Cependant, après s'être connecté avec son identifiant et son mot de passe, l'adhérent a la possibilité d'ajouter des informations dans chaque rubrique du site sous réserve de

respecter la charte de bonne conduite décrite dans le règlement intérieur.

2.3 – Entraînements

Tous les entraînements sont encadrés par des entraîneurs diplômés et bénévoles.

L'entraînement de natation se déroule au centre nautique CAPFL'O de FLERS ou à la piscine de La FERTE MACE ou au plan d'eau de La FERTE MACE.

L'entraînement de course à pied a lieu au stade des Closets.

Les entraînements vélo ont lieu à partir d'un lieu défini sur le site du club. Il peut changer périodiquement.

Les horaires d'entraînement pris en charge par le club sont précisés sur le site.

Remarque : Chaque triathlète bénéficie d'un tarif spécifique à l'Orange bleue de Flers pour des séances libres ou encadrées de renforcement musculaire adapté au triathlon.

2.4 – Équipement

2.4.1 - Équipement offert par le club

- Un bonnet de natation floqué aux couleurs du club dont le port est obligatoire pendant les entraînements de natation. Le 1^{er} bonnet est gratuit. Le 2^{ème} bonnet coûte 5€.
- Une trifonction financée conjointement par le club et l'adhérent(e)
- Une veste de vélo financée conjointement par le club et l'adhérent(e)
- Un tee-shirt aux couleurs du club pour le(la) nouvelle adhérent(e)
- Une combinaison de natation disponible selon la taille et prêtée pour les compétitions.

2.4.2 - Équipement fourni par l'adhérent(e)

- Une paire de lunettes de piscine obligatoire pendant les entraînements de natation. **Si pas de lunettes alors pas de natation**
- Une ceinture porte dossards 3 points (voir à Décathlon)
- Un bidon fixé sur le vélo
- Un Vtt en bon état de fonctionnement (**obligatoire**)
- Un antivol pour vélo
- Un casque de vélo obligatoire. **Si pas de casque alors pas de vélo**
- Une tenue pour courir, nager et pédaler
- Un sac à dos floqué aux couleurs du club. Ce sac à dos n'est pas obligatoire. Il est commandé par le club et payé par l'adhérent(e) au prix coûtant.

Remarque : Pour participer à l'entraînement et aux compétitions, les colliers, bracelets, bagues, boucles d'oreille, foulards, cache-col, manteau, veste et les multiples sur-épaisseurs sont à proscrire. Le téléphone portable de l'enfant est interdit. Les animateurs ont le n° des parents. Les vélos devront être en bon état de fonctionnement : chaîne huilée, freins fonctionnant correctement, passage normal des vitesses.

Remarque : Sur présentation de la licence Triathlon aux magasins Décathlon de Flers, Gouvenou Cycles de Flers et Tendance vélo de la Ferté Macé, l'adhérent bénéficie d'une remise de 10% en caisse.

2.5 – Temps forts

Le samedi précédant chaque vacance scolaire, le club organise un temps fort pour les Jeunes au cours duquel les jeunes pratiquent d'autres activités que celles du triathlon (escalade, tir à l'arc, course de pédalos, kayak, accro-branche, basket, tchoukball, sport d'opposition, bowling etc...). Une participation financière modique peut être demandée pour certains temps forts.

2.6 – Stages

Pour la saison 2020, des stages sont programmés. Une participation financière modeste sera demandée aux parents.

2.7 – Compétitions

En s'inscrivant au club, l'adhérent(e) s'engage à participer à 2 compétitions au minimum par saison sportive.

Les compétitions dont le coût d'inscription est pris en charge par le club seront proposées par le comité directeur et validées en assemblée générale. Le transport sur le lieu de la compétition est assuré par les parents et non pris en charge par le club.

Les triathlètes s'inscriront directement auprès de l'organisateur. Le club remboursera les triathlètes qui apparaîtront sur la liste d'arrivée en qualité de finisher ou de DNF (Did Not Finish) ou de disqualifié. Le club ne remboursera pas les non-partants (DNS). Les responsables des inscriptions aux compétitions vérifieront que les triathlètes ont bien été bénévoles sur le SURVIV'ORNE pour bénéficier du remboursement (cf § 2.8, ci-après).

2.8 – Obligations de l'adhérent(e)

- Pour pouvoir bénéficier des coûts réduits aux stages, aux temps forts ou aux compétitions dont tout ou partie est pris en charge par le club, l'adhérent(e) ou son parent est tenu de participer au SURVIV'ORNE en qualité de bénévole
- La participation des Jeunes de l'école de triathlon aux épreuves du SURVIV'ORNE et du CLASS TRI est obligatoire.
- Tout(e) nouvel(le) adhérent(e) doit pouvoir nager 25 m **en brasse et en crawl** pour participer aux entraînements de natation

Fait à Flers le 16 juillet 2019

Djamil BOULENOUAR

Président