



1. Respecter ses entraîneurs et tous autres membres du club. Une attitude positive est exigée.
2. Lors des compétitions, adopter un comportement exemplaire sur et à l'extérieur de la piscine.
3. Afin de permettre une récupération optimale et un meilleur développement, les athlètes du club doivent pratiquer une activité (sportive, intellectuelle, artistique, etc.) autre que la natation à chaque semaine.
4. Le choix des compétitions relève de l'entraîneur. **Elles sont obligatoires.** S'il y a une impossibilité d'y participer, le nageur devra en discuter avec lui au moins un mois avant la compétition en question. Dans le cas contraire, il devra rembourser les frais d'inscription au club.
5. Un athlète qui ne peut pas s'entraîner pour cause de blessure ou de maladie devra avoir un billet médical si son incapacité devait excéder une semaine.
6. En tout temps, porter une attention particulière à son langage (sacre ou langage grossier). En cas d'écart de langage, l'élève devra exécuter sur le champ 20 sorties de l'eau.
7. **Ne consommer aucune drogue et aucune cigarette.**
8. Porter **obligatoirement** les vêtements du club lors des compétitions civiles.
9. Participer **obligatoirement** aux activités de financement du club. En cas de non-respect à cette règle, des frais pourront s'ensuivre.
10. Lors de compétitions extérieures, utiliser le moyen de transport organisé par le club et résider à l'endroit déterminé par l'entraîneur.
11. Les téléphones cellulaires ou tout autre appareil électronique sont permis sur tous les sites d'entraînement et doivent être déposés dans la boîte prévue à cet effet. En y laissant son téléphone, il consent à ce que l'entraîneur réponde aux appels et aux messages textes reçus. ☺

#### Pour les athlètes du sport-études

12. Un changement de discipline est interdit en cours d'année scolaire.
13. **Toujours prévenir son entraîneur, par téléphone, lorsque l'élève ne peut être présent(e) à une séance d'entraînement.** Une absence non motivée entraînera une perte de points sur la note de bulletin.
14. Écrire **tous ses entraînements dans le fichier informatisé (Google drive) et ce après chaque séance d'entraînement et de façon adéquate.** Un carnet incomplet entraînera une perte de points sur la note de bulletin.

Advenant le cas où je manquerais à un ou plusieurs de mes engagements, des sanctions seront prises à mon endroit pouvant même aller jusqu'à l'exclusion du Club de natation Jonquière et/ou du programme sport-études.

\_\_\_\_\_  
Signature de l'élève-athlète

\_\_\_\_\_  
Signature du parent

\_\_\_\_\_  
Signature de l'entraîneur

\_\_\_\_\_  
Date