



Fonctionnement général

▪ **Constitution du dossier d'inscription :**

Toutes les pièces composant le dossier doivent être fournies lors de l'inscription.

Tout dossier incomplet ne pourra être traité.

Le règlement de la cotisation s'effectue en début de saison, lors de l'inscription (*cf. modalités d'inscription*).

▪ **Participations financières complémentaires (gymnastes des groupes Compétition) :**

➤ Une contribution forfaitaire est demandée pour les déplacements aux compétitions nécessitant une organisation gérée par le club : Championnats de France et éventuellement certaines Finales Régionales (selon la durée et le lieu). Cette contribution comprend la participation aux frais de transport, d'hébergement, de restauration et de compétition. Elle est calculée en fonction des frais réels engagés (gymnastes + entraîneurs) et **plafonnée à 160.00 € par déplacement**.

➤ **Stages** (Toussaint, Février, Printemps) : **participation financière**, par gymnaste et par stage, de **1€/heure d'entraînement avec un plafond de 30€**. Pour le stage de rentrée au mois d'août, la participation dépend des activités et intervenants extérieurs prévus

▪ **La vie au club :**

Elle s'harmonise autour de plusieurs principes qui sont la ponctualité, la régularité, la courtoisie et le fair-play, le respect de l'encadrement, le respect des groupes travaillant dans la salle.

▪ **Le déroulement des entraînements :**

La bonne progression des gymnastes est soumise à la régularité aux entraînements. **En cas d'absence, il est nécessaire de prévenir les entraîneur.e.s.**

Les horaires indiqués sont les heures de début et de fin de séance et n'incluent pas le temps de vestiaire (prévoir d'arriver une dizaine de minutes avant le début d'entraînement). **Les gymnastes participent au rangement des praticables en fin de séance.**

A l'issue des cours, les entraîneur.e.s assurent une présence de dix minutes mais **elles ne surveillent pas la prise en charge des enfants.**

Pour un travail en toute sérénité, les parents ne sont pas autorisés à assister aux entraînements.

Le club et la ville de Strasbourg déclinent toute responsabilité en cas de vol dans les vestiaires, les gymnastes sont invitées à ne pas apporter d'objets de valeur (portable, bijoux...) et à prendre leur sac dans la salle d'entraînement.

▪ **La tenue :**

Une tenue près du corps, des chaussettes ou ½ pointes de GR, les cheveux attachés (de préférence en chignon pour les sections Compétition).

▪ **Sanctions :**

Pendant les entraînements, les compétitions, les déplacements, les stages et les regroupements, les entraîneur.e.s sont aptes à prendre toutes sanctions envers une gymnaste dont l'attitude irait à l'encontre de l'éthique du club : sanctions pouvant aller du déclassement de la gymnaste jusqu'à l'exclusion temporaire ou définitive du club.

En cas de faute grave, l'entraîneur.e. saisira le Comité Directeur qui décidera d'une éventuelle exclusion après avoir entendu la gymnaste accompagnée de ses parents, pour les mineur.e.s.

Fonctionnement technique

▪ **Le programme des activités :**

La direction technique du club détermine :

- les objectifs et les programmes des différentes sections de l'association
- le programme des entraînements, des stages, des regroupements, des animations
- les contenus, les méthodes d'entraînement, les échéances
- les orientations des gymnastes, la composition des groupes de travail.

▪ **Le calendrier :**

La direction technique établit en début de saison un calendrier prévisionnel des activités. Les gymnastes convoquées aux différentes activités sont tenues d'y participer, **en particulier pour les stages et les regroupements des sections compétitives pour lesquels la présence des gymnastes est obligatoire.**

▪ **Les déplacements en Finale Régionale et Finale Nationale :**

Le comité directeur, en collaboration avec la direction technique, organise et gère les déplacements en s'appuyant sur la notion de délégation. L'organisation prévue pour les trajets et les hébergements concerne uniquement les membres de la délégation. **La présence des gymnastes est obligatoire pendant toute la durée du déplacement** (transport, hébergement, restauration, compétition). Les supporters sont évidemment les bienvenus et très attendus dans les tribunes, mais, sauf exception particulière, ils devront gérer leur voyage indépendamment de celui de la délégation (hormis éventuellement le trajet, en fonction des places disponibles dans le bus) et choisir de préférence un hébergement différent de celui de la délégation.

Fonctionnement spécifique Sections Compétition

▪ **Stages :**

➤ **Pour une préparation optimale aux compétitions**, les regroupements et les stages de rentrée et en cours de saison sportive sont **OBLIGATOIRES** :

- ✚ Reprise Août : **participation financière/gymnaste** calculée en fonction des activités et intervenants prévus
- ✚ Toussaint, Février, Printemps : **participation financière de 1€/heure d'entraînement avec un plafond maximal fixé à 30€** par gymnaste et par stage. **Cette participation annuelle sera réglée en une seule fois**, à l'issue du dernier stage de la saison (avril-mai)

Toute absence devra être **justifiée** auprès de l'entraîneur.

➤ Les stages sont planifiés, les deux dernières semaines (*si gymnaste Individuelle*) ou seulement la dernière semaine (*pour les Ensembles*) du mois d'août ainsi que la **2^{ème} semaine de chaque vacances scolaires** (à l'exception des vacances de Noël sauf pour les Indivs qualifiées au France) durant le reste de la saison. **Nous vous remercions de bien vouloir en tenir compte lors de l'organisation de vos congés.**

➤ **Cas particuliers :**

- ✚ *Individuelles qualifiées pour le Championnat de France* : un stage sera sans doute planifié en fin de vacances de Noël (après le 1/01)
- ✚ *Gymnastes N1 et N2* : il sera peut-être nécessaire d'être en stage durant les deux semaines des vacances de Printemps. **Merci d'en discuter avec les entraîneurs en début de saison afin d'anticiper au mieux cette situation.**

- **Stage de rentrée Individuelles** : du 19/08 au 23/08, par ½ journées entre 9h et 20h – **participation financière en attente**
- **Stage de rentrée Equipes/Ensembles** : du 26/08 au 31/09, par ½ journées entre 9h et 18h avec une journée complète en extérieur prévue le samedi 31/08 – **participation financière en attente**

Reprise des entraînements hebdomadaires :

- à partir du lundi 2 septembre groupes Compétition + Tremplin
- à partir du lundi 9 septembre pour les GP1 et GP2

▪ **Matériel :**

Les engins et justaucorps achetés par le club sont destinés **UNIQUEMENT** aux compétitions des Ensembles et Equipes

➤ **Matériel personnel à prévoir pour les gymnastes des sections COMPÉTITION :**

- ✚ **Échauffement et préparation physique générale** : une **corde** et un **ballon** (les « basiques » type Décathlon sont suffisants, cf. **boutique club**), une **bande élastique** pour travailler les pieds et une **sangle élastique** pour les étirements et l'assouplissement général
- ✚ **Compétition** : ½ **pointes** (Sasaki ou Dvillena de préférence), **les gymnastes INDIVIDUELLES** devront **OBLIGATOIREMENT posséder leurs propres engins et justaucorps**.....pensez au prêt/location ou achat d'occasion
- ✚ **Jogging et/ou débardeur du club** : merci de contacter directement Galina (responsable Boutique) : galkaru@gmail.com

➤ **Avant tout achat personnel d'engins/justaucorps, et plus particulièrement pour les débutantes en compétition, pensez à consulter les entraîneurs.**

➤ **Pour information, les achats de matériel au sein du club sont discutés et validés par le Comité Directeur en fonction des demandes des entraîneurs, de leur caractère indispensable (ou incontournable) et en tenant compte du budget prévisionnel de l'association. Il est tout à fait possible de soutenir le club, pour l'achat de matériel neuf, via un don qui donnera lieu à un reçu fiscal. N'hésitez pas à nous contacter (strasbourg.grs@gmail.com)**

L'adhésion à Strasbourg G.R.S. implique l'acceptation des modalités de fonctionnement du club. Tout manquement à ces règles pourra être sanctionné suivant la procédure décrite ci-avant (cf. §« sanctions »)