

GUIDE DE L'ÉCOLE DE NATATION

Table des matières

1. La mission, la vision, les objectifs.	2
2. Mot de l'entraîneur-chef.....	3
3. Responsabilités du Club.....	4
4. Responsabilités des entraîneurs	5
4.1. Entraîneur-chef.....	5
4.2. Entraîneurs.....	5
5. Responsabilités et code de conduite des nageurs.....	6
5.1. Principes directeurs.....	6
5.2. À l'entraînement	6
5.3. En compétition ou en camp d'entraînement	7
5.4. Procédures disciplinaires	7
6. Responsabilités et code de conduite des parents.....	8
7. Présentation des programmes	9
7.1. Programme d'initiation à la natation (école de natation)	9
8. Description des groupes.....	9
9. Calendrier des activités	13
10. Politique de paiement et de remboursements.....	10
10.1. Périodes d'activités	10
10.2. Frais d'inscription	11
10.3. Les points d'autofinancement	11
10.4. Les frais de compétition	12
10.5. Politique de remboursement	12
11. Consentement et renonciation en matière de publication	13
12. Points d'autofinancement	14

1. La mission, la vision, les objectifs.

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert (« **Équipe** », « **Club** » ou « **Blue Machine** ») est une personne morale constituée en vertu de la troisième partie de la *Loi sur les compagnies du Québec*, et est un organisme sans but lucratif. La mission, la vision, les valeurs et les objectifs qu'elle s'est donnés sont les suivants :

La mission : Soutenir le développement technique et l'épanouissement *personnel* de chaque nageur dans l'atteinte de ses objectifs de progression et de susciter pour tous l'accès à des activités compétitives vers l'excellence.

La vision : Être reconnue pour son programme d'excellence et la qualité (engagement, enthousiasme, compétence) de ses membres (nageurs, entraîneurs, bénévoles). Faire bénéficier les nageurs d'un encadrement qui favorise le plaisir dans la pratique de ce sport.

Les valeurs : Respect, esprit d'équipe, rigueur, dépassement personnel et plaisir.

Les objectifs à long terme :

- Devenir la référence au Québec dans la formation des nageurs.
- Pérenniser la présence du Club dans les Championnats canadiens.
- Placer régulièrement des nageurs du Club dans les équipes québécoises et canadiennes.
- Développer et maintenir chez les nageurs, les entraîneurs, les parents et les bénévoles un sentiment d'appartenance à l'Équipe.
- **Développer un programme d'école de natation rentable et qui assure la relève de l'Équipe.**

L'esprit d'équipe est remarquable au sein de nos groupes, la quantité et la qualité des performances de nos nageurs à tous les niveaux font foi de l'excellence de notre programme.

Afin de poursuivre notre mission, nous avons besoin de la collaboration et du soutien continu des parents afin d'assurer une structure stable et de permettre à l'Équipe d'évoluer et d'atteindre les objectifs fixés. Par le même fait, ceci permet aux entraîneurs de donner le meilleur à vos enfants.

Nous tenons à remercier chaleureusement les parents pour leur implication de plus en plus importante et grandement appréciée. Ceci nous unit dans nos objectifs communs et nous aide à travailler ensemble pour le bien des nageurs.

2. Mot de l'entraîneur-chef

Chers jeunes nageurs,

Bienvenue dans la Blue Machine !

Vous découvrirez dans le présent guide le détail du fonctionnement de l'équipe, vos droits et vos devoirs; lisez-le avec attention.

Pour le reste, c'est sur le bassin que vous découvrirez la Blue Machine, son esprit familial et la qualité de son programme.

Depuis longtemps, l'Équipe de Natation de Saint-Lambert est un acteur incontournable de la vie sportive lambertoise. Les satisfactions se sont accumulées au fil des ans, faisant de chaque nageur l'héritier d'une marque « Blue Machine », dans laquelle se mêlent savoir-faire, fierté et performance.

Je vous souhaite donc pour cette saison que la Blue Machine vous permette de vous accomplir aussi bien personnellement que sportivement. Et qu'en échange, vous puissiez prendre une part active pour continuer de faire de notre équipe un modèle et une fierté.

Go Blue !

Johnatan PORTES

3. Responsabilités du Club

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert, par le conseil d'administration (« CA ») et le personnel, respectera les engagements suivants :

- Établir les objectifs du Club;
- Communiquer et mettre en place les politiques de l'Équipe;
- Être équitable et juste;
- Établir le budget selon les revenus et les dépenses;
- Engager et évaluer les entraîneurs;
- Assurer l'appui des nageurs et des parents;
- Gérer les affaires du Club :
- Financement, commandites
- Coordonner les activités sociales
- Maintenir les rapports avec la Ville de Saint-Lambert (« Ville »)
- Maintenir les rapports avec la Fédération de Natation Québec (« FNQ ») et l'Association de Natation de la Rive-Sud-Ouest (« ANRSO »)
- Entretenir de bons contacts avec les nageurs et les parents par l'entremise du site internet de l'Équipe et une réunion d'information par année;
- Superviser le travail de l'entraîneur-chef
- Choisir et encadrer le responsable des officiels

4. Responsabilités des entraîneurs

4.1. Entraîneur-chef

- Concevoir et mettre en application des programmes d'entraînement basés sur les besoins et les capacités des nageurs selon les objectifs du Club.
- Responsable du groupe Performance, et tous autres groupes dont il prendra la responsabilité.
- Participer aux réunions du CA et se rapporter à ce conseil pour toutes questions qui concernent le bien-être du Club et des nageurs.
- Encadrer et superviser les entraîneurs, et voir à ce que ceux-ci remplissent les tâches dont ils sont responsables.
- Évaluer le travail des entraîneurs et leur fournir une rétroaction (« feed back ») informelle continue et une rétroaction formelle périodique, au moins une fois par an.
- Supporter le Club dans les activités d'autofinancement.
- Représenter le Club auprès de l'ANRSO, le regroupement des entraîneurs et auprès de la FNQ.

4.2. Entraîneurs

- Encadrer et superviser un ou plusieurs groupes de nageurs.
- Assurer un environnement sécuritaire et sain pour les entraînements, les compétitions, les camps d'entraînement et toute autre activité du Club qui demande la participation des entraîneurs, pour les nageurs et tout autre parent, bénévole ou autre accompagnateur ou participant à l'activité.
- De concert avec l'entraîneur-chef, planifier le programme annuel d'entraînement.
- Inscrire les nageurs aux compétitions dans les délais prescrits et assurer le suivi des performances auprès de l'entraîneur-chef.
- Maintenir la communication avec les parents.
- Recevoir les plaintes et les référer à l'entraîneur-chef ou au CA s'il y a lieu.
- Participer aux activités sociales du Club, aux activités de financement, aux compétitions, etc.
- Remettre toutes communications du Club aux nageurs.

5. Responsabilités et code de conduite des nageurs

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert, conformément à sa mission et ses valeurs, veut se doter de principes directeurs pour les entraînements et les compétitions afin d'assurer un environnement sécuritaire et propice au développement de ses nageurs, entraîneurs et bénévoles.

Par leur adhésion au Club, les nageurs s'engagent à se conformer au présent code de conduite et faire en sorte que ce code soit respecté. Ils s'engagent aussi à représenter de façon adéquate l'Équipe, en respectant les valeurs de l'Équipe à toutes les compétitions ou lors de toute autre activité du Club.

5.1. Principes directeurs

- En tout temps, l'athlète doit se comporter de façon à respecter les valeurs de l'Équipe et l'intimité des autres membres de l'Équipe.
- L'athlète est l'ambassadeur de l'Équipe. En ce sens, il doit faire honneur à ses couleurs.
- L'athlète doit respecter les consignes émises par l'entraîneur.
- L'athlète ne doit en aucun cas consommer des suppléments alimentaires, ou produits censés améliorer la performance.

5.2. À l'entraînement

L'athlète doit se présenter 15 minutes avant son entraînement sur le bord de la piscine. Aucune flânerie devant la porte de la piscine ou devant le guichet d'accueil n'est tolérée.

L'athlète a l'obligation de respecter, comme tout autre usager, le règlement intérieur de la piscine.

Notamment :

- Il est interdit de rentrer avec ses souliers au pied dans les vestiaires.
- Interdiction de marcher avec ses chaussures sur le bord de la piscine.
- La douche est obligatoire avant chaque entraînement.
- Il est obligatoire de ranger tout matériel pédagogique qui aurait été utilisé durant un entraînement.

5.3. En compétition

- La tenue de l'Équipe est obligatoire en compétition: chandail (ou coton ouaté) de la présente année et casque de bain.
- La participation aux compétitions est facultative pour les groupes d'école de natation, elles seront annoncées dans le calendrier au début du mois de septembre de chaque saison.
- Nous attendons de chaque nageur une discipline et un esprit sportif durant la compétition. L'entraîneur se réserve le droit d'expulser de la compétition ou d'une future compétition les nageurs indisciplinés.
- Un nageur de l'école de natation pourra prendre part à la compétition régionale de fin de saison à la condition suivante :
 - Groupe Vert avoir participé à au moins 2 Intraclubs lors de la saison en cour.
 - Groupe Rouge avoir participé à au moins 3 Intraclubs lors de la saison en cour.

5.4. Procédures disciplinaires

1. L'entraîneur détermine si la dérogation est majeure ou mineure.
2. Une dérogation majeure est celle qui peut comporter un danger pour la santé ou la sécurité d'un ou des nageurs, ou compromet le fonctionnement de l'Équipe. En cas de dérogation majeure, l'entraîneur peut exclure immédiatement le nageur.
3. En cas de dérogation mineure, l'entraîneur avise le nageur. Après quelques avertissements, l'entraîneur peut exclure immédiatement le nageur.
4. En cas d'exclusion du nageur pour une dérogation majeure ou mineure en conformité des paragraphes 2 ou 3 ci-dessus, l'entraîneur communique avec les parents pour les informer du problème. Les parents et l'entraîneur peuvent alors s'entendre sur la sanction appropriée. À moins d'entente sur la sanction ou d'un engagement des parents et du nageur de corriger le comportement, l'entraîneur peut continuer l'exclusion du nageur, jusqu'à ce que le comité de discipline ait statué sur son sort. Si le nageur récidive après un engagement de corriger le comportement, l'entraîneur peut exclure immédiatement le nageur, jusqu'à ce que le comité de discipline ait statué sur son sort.
5. Si un problème disciplinaire nécessite l'intervention du comité de discipline, ce comité sera formé de deux membres choisis par le conseil d'administration (qui pourraient être ou ne pas être des membres du conseil d'administration), de l'entraîneur-chef ou de l'assistant entraîneur chef, et d'un entraîneur choisi parmi le groupe d'entraîneurs. En aucun cas l'entraîneur du nageur fautif ne fera partie du comité de discipline. Le comité de discipline a pleine discrétion pour décider de son propre fonctionnement, sauf en ce qui concerne le processus décisionnel, lequel doit être pris

selon une majorité simple des membres du comité de discipline, et en cas d'égalité des voix, l'entraîneur-chef ou son assistant a un vote prépondérant. Le comité de discipline rend sa décision quant au nageur fautif, qui peut aller jusqu'à l'expulsion du Club.

6. Il n'y aura pas de remboursement lors d'une suspension ou d'une expulsion.

6. Responsabilités et code de conduite des parents

Le rôle des parents est très important pour une organisation saine et efficace du Club. Par la demande d'adhésion au Club de leur enfant, les parents assument les responsabilités qui incombent aux parents, telles que décrites ci-dessous, et s'engagent à promouvoir activement la conformité au présent code de conduite et faire en sorte que ce code soit respecté par leur enfant.

- Encourager le nageur et lui faire comprendre ses responsabilités.
- Informer l'entraîneur advenant l'absence du nageur.
- Communiquer avec l'entraîneur toutes situations pouvant affecter les performances du nageur (blessure ou autre).
- Se tenir informé de la vie de l'Équipe au www.bluemachine.ca.
- Lire attentivement les courriels envoyés par l'Équipe et y répondre au besoin dans le délai établi. Notez qu'il est très important de garder votre adresse courriel à jour. Envoyez toutes communications à infos@bluemachine.ca ou headcoach@bluemachine.ca
- Assister aux réunions organisées par le Club.
- Participer à au moins une compétition et ou Intraclubsen tant que bénévole : officiel, chrono..
- Dans la mesure du possible, nous vous suggérons fortement de suivre au moins une formation pour les compétitions : ceci assure la relève et le futur de l'Équipe;
- Confirmer la participation en la signalant à l'entraîneur en charge du groupe d'appartenance de votre enfant.
- Informer à l'avance l'entraîneur si le nageur ne peut participer à un évènement ou à une compétition.
- Responsable du transport du nageur;
- Être respectueux envers les bénévoles, les entraîneurs de l'organisation. Aucune violence verbale ne sera tolérée.

7. Présentation du programme

7.1. Programme d'école de natation

Ce programme vise l'initiation de la natation. Il s'adresse aux jeunes de 5 à 10 ans environ qui désirent développer leurs habiletés en natation sportive. L'objectif premier de ce programme est de permettre aux jeunes de s'épanouir dans un environnement stimulant et sécuritaire tout en perfectionnant leurs styles de nage et en améliorant leur condition physique.

9. Description des groupes

Groupe Jaune

- Réaliser le parcours (À voir en vidéo sur le site) aquatique sans stop et sans aide à la flottaison

Groupe vert

- Maitrise du déséquilibre avant et arrière depuis le bord.
- Maitrise du plongeon de tête depuis le bloc de départ.
- Être en mesure de récupérer un objet en grande profondeur après un 25m ventral.
- Faire une culbute de façon groupée en avant (le départ se fait en position ventrale sans l'aide du fond).
- Faire une culbute de façon groupée en arrière (le départ se fait en position dorsale sans l'aide du fond).
- Exercer une poussée du mur sur le ventre d'au moins 3 mètres. (Même si l'enfant reste à la surface)
- Être en mesure de parcourir 50m en Crawl.
- Être en mesure de parcourir 50m au Dos.
- Être en mesure de parcourir 25m au kick Brasse et/ou Fly.

Groupe rouge

- Maitrise du déséquilibre avant et arrière depuis le tremplin.
- Maitrise du plongeon de tête depuis le bloc de départ + coulée PASSIVE d'au moins 4m.
- Être en mesure de récupérer un objet en grande profondeur après un 50m Crawl.
- Faire une approche au mur, un virage culbute + une poussée du mur d'au moins 3m (même si elle doit être à la surface).

- Faire une approche au mur en Dos, une culbute en arrière + une poussée du mur d'au moins 3m (même si elle doit être à la surface).
- Faire une coulée sur le ventre et sur le dos d'au moins 5 mètres.
- Être en mesure de parcourir 100m Crawl avec virages culbutes (même si pas parfaitement exécutés).
- Être en mesure de parcourir 100m Dos.
- Être en mesure de parcourir 50m à la Brasse et/ou au Fly.

10. Calendrier des activités

Le calendrier des compétitions de l'Équipe est établi au début de l'année (septembre) et est mis à jour périodiquement au besoin. Le calendrier des activités est disponible et peut être consulté sur le site web de l'Équipe, au www.bluemachine.ca.

Typiquement, les activités principales de l'Équipe ont lieu selon un échéancier régulier

Vous pouvez le suivre le lien du site.

11. Politique de paiement et de remboursements

Sous réserve de la prérogative du conseil d'administration de suspendre l'application d'une quelconque politique de l'Équipe eu égard à une situation particulière, la politique de paiement et de remboursement est la suivante.

11.1. Périodes d'activités

L'année d'activité de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert, s'étend sur une période consécutive de douze (12) mois, débutant le 1er septembre de chaque année et se terminant le 31 août de l'année suivante, étant entendu que les activités régulières de l'Équipe font relâche durant les mois de juillet et août de chaque année.

Aux fins de gestion d'inscription, les douze mois au cours desquels le Club de natation est actif sont divisés en quatre périodes, soit :

- Période d'automne : 1er septembre au 31 décembre
- Période d'hiver : 1er janvier au 31 mars

- Période du printemps : 1er avril au 30 juin
- Période estivale : 1er juillet au 31 août (programmes d'été)

11.2. Frais d'inscription

Les frais d'inscription des nageurs aux activités de l'Équipe sont fixés une fois l'an par résolution du conseil d'administration, habituellement en mai de chaque année.

Les frais annuels d'inscription pour les programmes réguliers varient selon le groupe auquel appartient le nageur qui s'inscrit. .

Le nageur pourra acquitter ses frais annuels d'inscription en ligne sur la plateforme AMILIA:

- En un seul versement au moment de sa réinscription ou de son inscription;
- En trois versements payables égaux :
 - 1^{er} versement lors de l'inscription
 - 2^{ème} versement le 1^{er} décembre 2019
 - 3^{ème} versement le 1^{er} avril 2020

Le nageur qui s'inscrit en cours d'année verra sa cotisation annuelle ajustée au prorata du nombre de semaines déjà écoulées à partir du 1^{er} janvier.

Si un nageur doit changer de groupe en cours d'année, sa cotisation annuelle sera ajustée de façon proportionnelle.

Des frais d'affiliation sont régis par la FNQ. Cette dernière en établit le montant. Ces frais sont payables en début d'année sont non remboursables et ne sont pas éligible aux paiements en 3 versements.

Un billet pour la rentrée gourmande devra être pris lors de l'inscription au titre de 1 billet par famille si vous avez plusieurs enfants les autres billets facturés lors de l'inscription vous seront crédités sur demande par un envoi d'un courriel à infos@bluemachine.ca

Ce billet de 80\$ donne droit à l'échange pour des coupons de vin ou de restauration lors de l'évènement.

Vous pouvez vous en servir ou le revendre.

11.3. Les points d'autofinancement

La politique tarifaire de l'Équipe est fondée sur une participation obligatoire à des activités d'autofinancement. Ce montant est établi selon le groupe auquel fait partie un nageur. Le montant de points d'autofinancement est payable avec les frais d'inscription. Ils sont remboursables sur présentation d'une feuille de route remplie par les parents ou le nageur tout au long de l'année.

La grille de pointage est établie par le conseil d'administration.

Un formulaire de feuille de route, la grille de pointage requis pour chacun des groupes, et le calendrier des activités de l'Équipe (qui indique les activités de financement) sont disponibles sur le site web de l'Équipe au www.bluemachine.ca.

Un modèle de feuille de route est aussi présenté en annexe 2.

11.4. Les frais de compétition

Pour les groupes de l'école de natation dont les enfants participeront à une compétition sanctionnée engendrant des frais, une facture sera éditée dans votre compte AMILIA.

Celle-ci devra être payée dans les plus brefs délais.

11.5. Politique de remboursement

L'Équipe de Natation de Saint-Lambert est un organisme sans but lucratif. Ses ressources financières sont limitées et proviennent en grande partie de la contribution des parents des nageurs et de ses commanditaires.

L'engagement bénévole des parents au sein du Club assure la pérennité de ses activités. C'est dans ce contexte qu'est établie la politique de remboursement de l'Équipe.

Ainsi, en cas d'abandon ou d'empêchement d'un nageur de poursuivre son entraînement en cours d'année d'activité de l'Équipe, la politique de remboursement s'appliquera comme suit :

- Des frais de gestion administrative de 35\$ sera appliqué en tout temps pour toute demande de remboursement en cour de saison.
- Si le nageur avise l'Équipe par écrit, 30 jours ou plus avant le début d'une période, ce dernier n'aura pas à payer de frais d'entraînement pour cette période, ou les frais seraient remboursés s'ils avaient déjà été payés.
- Si le nageur avise l'Équipe par écrit, durant l'intervalle qui va de 29 jours avant le début d'une période d'entraînement jusqu'à 7 jours après le début d'une période d'entraînement, ce dernier devra assumer des coûts d'administration de 15% des frais d'entraînement qui auraient dû s'appliquer à la période d'entraînement, et les frais résiduels seraient remboursés, s'ils avaient déjà été payés.
- En tout autre temps, ou à défaut d'aviser l'Équipe par écrit, aucun autre remboursement ne sera effectué.
- En outre, les frais d'affiliation à la FNQ ne sont jamais remboursables.
- Le nageur qui se blesse ou est incapable de continuer l'entraînement pour une raison de santé est assujéti à la même politique de remboursement. Il pourra cependant, par écrit, s'adresser au

conseil d'administration afin que celui-ci évalue l'opportunité de déroger, par exception, à la présente politique de remboursement.

12. Consentement et renonciation en matière de publication

En vous inscrivant à l'Équipe de Natation de Saint-Lambert, vous autorisez la diffusion et l'utilisation de toute image ou vidéo de la personne inscrite dont vous avez la charge, mineure ou non, en tout ou en partie, individuellement ou avec d'autres images ou vidéos sur le site Internet de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert (www.bluemachine.ca), de sa page Facebook, ou sur tout autre support médiatique, y compris lors de présentations promotionnelles et de campagnes de publicité.

Vous autorisez également la diffusion et l'utilisation de tout matériel média créé par votre enfant au nom de l'Équipe de Natation de Saint-Lambert.

Enfin, vous renoncez à votre droit à la protection des renseignements personnels et à toute compensation auxquels vous pourriez avoir droit en lien avec l'utilisation du nom de votre enfant ou du votre, y compris les droits sur une copie écrite découlant de la production, de la modification et de la promotion d'images ou de vidéos

13. Points d'autofinancement

ACTIVITÉS	POINTS
Membre CA	400
Responsable d'un comité	250
Membre d'un comité	100
Responsable du magasin	250
Responsable des communications	250
Bénévole pour l'organisation d'une activité de financement	50
Bénévole pour l'organisation d'une activité sociale (Soirée de Noël, Méritas)	
Compétitions:	
- Directeur de rencontre	100
- Responsable du casse-croûte	50
Officiels compétitions:	
- Niveau 1	25
- Niveau 2	50
- Niveau 3	75
- Bénévoles lors d'un Intraclub	10
- Participation à une formation d'officiel	10
Parent-accompagnateur (identifié par l'entraîneur ou le CA)	25
- Compétition à l'extérieur (au moins 1 nuit)	50
- Camp d'entraînement	50

Les frais d'autofinancement sont payables au moment de l'inscription et en un seul versement.

En cas d'inscription ou de retrait de l'équipe en cours d'année, ou de changement de groupe, les points d'autofinancement requis et les montants payables pour la réserve pour frais d'autofinancement prospectifs seront calculés de façon proportionnelle.

Les frais d'autofinancement définitifs seront calculés à la fin de l'année régulière, en fonction des activités d'autofinancement auxquelles le nageur ou les parents auront participé, tels qu'indiqués sur la feuille de route qui doit être remplie par le nageur ou les parents en cours d'année.

La feuille de route doit être complétée, y compris l'obtention d'une confirmation de la part du responsable d'une activité ou d'un entraîneur, confirmant la participation du nageur ou des parents aux activités.

Les frais d'autofinancement seront remboursés sur présentation d'une feuille de route avant le 21 juin (ou auparavant).

Le montant remboursable maximal est le moindre du montant payé par le nageur ou les parents, et des points d'autofinancement accumulés.

ANNEXE

FEUILLE DE ROUTE COMPILATION DES POINTS D'AUTOFINANCEMENT

Nom du parent : __

Nom du nageur et groupe : __

Points d'autofinancement requis : __

Activités/Tâches	# de points	Date	Signature du responsable ou de l'entraîneur

Total des points accumulés pour l'année : _____