

Lettre adressée aux parents des nageurs Section Compétition et pré-
Compétition pour le site de Braine le Comte

Chère Madame, Monsieur, Parents,

Par la présente nous avons le plaisir de vous présenter le programme de la section Compétition et Pré-compétition pour la saison 2018-2019 (**Du Septembre 2018 au Juin 2019**)

Heures	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	18 :30-20 :30	18 :00-20h00		19 :00-20 :30	18 :45-20 :30	A comminuer
	Niveau Compétition	Niveau Compétition		Niveau Compétition ½ semaine Natation / Musculation (18 :00-19 :30)	Niveau Compétition	Niveau Compétition
			17 :00-18 :00	17 :00-18 :00		
			Pré – Compétition Niveau débutant	Pré – Compétition Niveau Niveau Av.		
			18 :00-19 :00	18 :00-19 :00		
			Pré – Compétition Niveau Intermédiaire	Pré – Compétition Niveau Intermédiaire.		
			19 :00-20 :00	19 :00-20 :00		
			Pré – Compétition Niveau Niveau Av.	Pré – Compétition Niveau Niveau Av.		

Donc en résumé :

Entraînements pré-compétition : les mercredis et jeudis
Entraînements Compétition : Lundi-Mardi- Jeudi-Vendredi-Samedi

Règles en application pour cette nouvelle saison.

La **pré compétition** est une préparation générale et permet à chaque enfant de prendre connaissance avec tous les styles de nage et en grand bassin (25m).

La règle générale est la suivante pour cette section, les entrainements sont disposés de manière à ce que qu'ils puissent s'entraîner 1 ou 2 x / semaine. Il n'y a pas d'obligation de participer aux compétitions de la FFBN. Le rythme des entrainements reste sous la forme d'un perfectionnement pour les plus petits et de maintiens de la forme physique de perfectionnement mais aussi d'amusement pour les plus grands.



Pour la compétition c'est véritablement de la recherche de performance. Vouloir toujours aller le plus vite recherche de la perfectibilité des styles de nages pour justement aller plus vite. Les entrainements sont physiques, les formes d'entraînement seront les suivantes :

- Technique
- Visualisation vidéo – analyse technique – recherche des défauts – compréhension et décomposition des mvts
- Préparation physique en salle
- Endurance – Force- Vitesse – Vélocité – Puissance

Pour développer tous ces éléments il est indispensable d'avoir de la **régularité – de l'assiduité – de l'envie de performer – d'être motivé**

Pour tous cela, cette année il était indispensable de faire des changements sur ma politique de travail pour cette section et suite à toute les formations et information que j'ai engendrée.

J'aimerais que notre section Compétition soit plus compétitive

La règle générale est la suivante pour cette section :

- 3 entrainements minimum → 4 étant mieux, 5 étant optimum
- Présence de 90 % des 3 entrainements → une chèque liste par semaine sera établie

L'enfant qui adhère à cette section est là pour faire de la compétition il n'y aura plus de mélange de groupe et de niveau.

Personnellement je crois en notre section compétition mais il y un moment où il faut prendre un virage et changer de cap pour atteindre des nouveaux objectifs.

Il faut comprendre que dans cette section, lors des entrainements je dois me focaliser sur les nageurs qui en veulent car j'ai des comptes à rendre sur leurs résultats, et que si j'ai du mélange s'est impossible.

Equipement indispensable de natation pour les 2 sections :

Pré – compétition	Compétition
Planche	Planche
Pull Buoy	Pull Buoy
Palme souple et courte	Palme souple et courte
	Tuba
	Pince Nez

OBLIGATOIRE POUR TOUTES LES SECTIONS

Certificat Médical à faire remplir en septembre le lien sur www.msteam.be à me faire parvenir courant du mois de septembre. → <http://www.pepsup.com/resources/documents/ARTICLES/000/000/096/968/DOCUMENT/CM-Autorisation-2016.pdf?147323401000>

Equipement : Short – Tee-Shirt non obligatoire

Equipement : Short – Tee-Shirt obligatoire et sac TYR non obligatoire mais uniformisation du club sa donne du cachet

Ces équipements seront indispensables pour le bon déroulement des entrainements pour leurs apprentissages.

Afin de me libérer de toutes pression sur les commandes :

- **Soit** vous prenez la commande pour le matériel via le site www.msteam.be le lien est le suivant : pour la tenue même principe, www.msteam.be le lien est le suivant : <https://msteam.evalandgo.com/s/?id=JTk1cCU5M3EIOUMIQUU=&a=JTk1bCU5N3AIOUQIQjE=> **30 aout pour réception en début de la saison.**
- **Soit** pour le matériel vous allez le chercher vous-même



Pour le sac même principe, www.msteam.be le lien est le suivant :

<https://app.evalandgo.com/s/?id=JTk1cSU5NmloOUMlQjl=&a=JTk1bCU5N3AIOUQIQjE=>

30 aout pour réception en début de la saison.

Rappel pour les maillots et autre notre sponsor TYR et les 4nages.com

A la fin de chaque mois je réévaluerai les demandes

Règlement club de compétition

Nous précisons que l'enfant doit être présent à l'heure et devant le plan d'eau et couloirs auprès des moniteurs.

Cotisation - assurance - affiliation

- Le prix de la cotisation annuelle est forfaitaire, quel que soit le nombre de séances et comprend (les séances d'entraînement – **assurances** – location couloirs, compétitions)

- a. **Pour la pré-compétition** De 1 à 2 séances → 360€
- b. **Pour la compétition de** 3 à 5 séances → 400 + 25 FFBN €

En aucun cas, ce montant ne pourra faire l'objet **d'une réduction** ou **d'un remboursement** pour des absences même motivées et/ou pour des fermetures de piscine et/ou pour tout autre motif. Il se peut que les entraîneurs puissent avoir des empêchements de la vie courante et que les entraînements ne puissent être assurés dans de bonne condition.

Assurance :

Comprise dans la Cotisation Annuelle

1. Notre assurance R.C. (et frais d'hospitalisation) est souscrite auprès d'Arena .
2. Les dégâts volontaires ne sont pas couverts
3. L'assurance du club, n'intervient qu'en supplément et après épuisement des garanties de tout autre contrat existant (par ex. votre RC Familiale...) et après remboursement de la mutuelle.
4. Pour être pris en considération, tout accident doit être déclaré au secrétariat du club dans les **24 heures**.
5. L'asbl « MSTEAM » ne peut être tenue responsable des accidents et des vols (perte, dégradation) commis dans les vestiaires.
6. Prenez vos précautions pas de lunettes, vêtements luxueux, pas d'argent, pas de GSM, ni de bijoux, etc...
7. La garantie n'est pas acquise pour les dommages résultants d'une maladie.



Vous recevez une carte annuelle nominative

1. Cette carte, **strictement personnelle**, est valable l'année (ou période de l'année) indiquée sur celle-ci.
2. A l'entrée, le nageur **doit présenter systématiquement**, au responsable, caisse sa carte annuelle.
3. Pour plus de facilité veuillez faire le paiement de la cotisation par virement bancaire :
BE42 068-8950314-54 avec une communication : MSTEAM - Nom + Prénom
4. Tout membre qui n'est pas en règle de cotisation (assurance & affiliation) se verra interdire l'entrée de la piscine et la participation aux activités du club.
5. La carte ne peut être cédée à un tiers, ni à un membre d'une même famille.

Pour le bon déroulement de notre club, nous attirons votre attention sur quelques points du règlement.

- La surveillance est assurée par des Maîtres-nageurs brevetés.
- Les entraînements sont assurés par Monsieur Monturier A et moniteurs formés par lui-même

Le club Msteam est affilié à la Fédération Francophone de Natation (FFBN).

Voici quelques conseils pour votre sécurité ou celle de votre enfant:

Afin d'éviter tout malentendu et pour la sécurité des enfants, les nageurs qui sont amenés à quitter l'entraînement plus tôt devront le signaler au début du cours

Le bonnet du club est obligatoire, pas de bermuda, short...

les jeux dangereux, (la course, les bousculades...) sont interdits.

Les Entraînements:

L'attribution ou le passage d'un nageur d'un groupe à l'autre est décidé par le moniteur en accord avec l'entraîneur principal du club.

Dans les vestiaires :

Attention! dans les vestiaires, les parents sont responsables de leurs enfants, tant au début qu'à la fin des entraînements.

Les nageurs sont pris en charge au bord de la piscine (en maillot et après la douche et le pédiluve).



Les accompagnateurs :

Les parents ne sont pas admis en bordure de piscine.

Hygiène (chaussures interdites !) :

En dehors du hall principal d'accueil et des vestiaires, **les chaussures sont interdites !** l'hygiène de la piscine en dépend (prévention des mycoses et des verrues).

Douche et pédiluve sont obligatoires.

Engagement individuel du nageur:

Chaque nageur s'engage à respecter les moniteurs, le matériel, les installations et à suivre le programme des entraînements.

Renseignements :

N'hésitez pas à nous consulter pour tout autre renseignement et/ou suggestion par e-mail :

monturier@epnm.be

par tél: 0472/293-176

Facebook : <https://www.facebook.com/club.msteam/?ref=bookmarks>

Site internet : www.msteam.be

Réclamation :

Les réclamations sont reçues uniquement par écrit ou par e-mail monturier@epnm.be

Elles sont traitées par la direction.

Les animateurs piscine et le secrétariat piscine ne sont pas habilités à gérer les réclamations.

monturier@epnm.be

Gsm : 0472/293-176

www.msteam.be

