



#### -1- Fonctionnement général

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

Toutes les pièces composant le dossier doivent être fournies au moment de l'inscription qui peut désormais être effectuée, dans sa totalité, via notre site internet : <https://strasbourg-grs.ovh/inscriptions-2024-25/>

**Le règlement de la cotisation s'effectue au moment de l'inscription et ne donne lieu à aucun remboursement en cours de saison : tant que les cotisations ne seront pas réglées, ou échelonnées avec notre accord, l'accès au gymnase sera interdit aux gymnastes dès le premier entraînement.**

##### **Participations financières complémentaires** (uniquement gymnastes des groupes **Compétition**) :

- Une contribution forfaitaire est demandée pour les déplacements en Championnat de France qui nécessitent une organisation gérée par le club. 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 **250.00 € par déplacement**.
- **Stage de reprise (Août) : la participation financière est à régler en début de stage**

##### ▪ **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.

#### -2- 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 Compétition et Pré-compétition pour lesquels la présence des gymnastes est obligatoire.**

➤ **Rentrée des groupes LOISIRS : à partir du lundi 16 septembre**

### ▪ **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) : elles sont sous la responsabilité du chef de délégation durant tout le déplacement.**

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.

## **-3- 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** : durant l'été, **pour les gymnastes Individuelles**, la 1<sup>ère</sup> semaine de juillet et les deux dernières semaines d'août et **pour les Ensembles**, seulement la dernière semaine du mois d'août.

Durant l'année scolaire, la **2<sup>ème</sup> semaine de chaque vacances scolaires** (à l'exception des vacances de Noël sauf pour les Indivs qualifiées au France).

*Nous vous remercions de bien vouloir en tenir compte lors de l'organisation de vos congés.*

### ➤ **Participation financière :**

✚ **Reprise Août** : participation financière/gymnaste calculée en fonction des activités et intervenants prévus

✚ **Toussaint, Février, Printemps** : la participation annuelle est désormais comprise dans la cotisation

✚ **Toute absence devra être justifiée** auprès de l'entraîneur : en cas d'absence prolongée (au minimum la moitié du stage) justifiée, nous étudierons une modalité de remboursement partiel correspondant à la durée de l'absence.

### ➤ **Cas particuliers :**

✚ **Individuelles qualifiées pour le Championnat de France** : un stage est en général planifié en fin de vacances de Noël

✚ **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 30/08, par ½ journées entre 9h et 18h – **participation financière en attente**

*Reprise des entraînements hebdomadaires : à partir du lundi 2/09 (à préciser avec l'entraîneur)*

### ▪ **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 débardeur du club** : merci de contacter directement Katleen (responsable Boutique), [kathauburtin@free.fr](mailto:kathauburtin@free.fr)

➤ **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](mailto: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 »)**