



REGLEMENT INTERIEUR AVIRON CLUB DOLOIS

Le présent Règlement intérieur est modifiable par le comité directeur de l'ACD

I. DROITS ET DEVOIRS

Le présent règlement intérieur complète les statuts de l'Aviron Club Dolois. Tout membre de l'Aviron Club Dolois qui ne respectera pas les dits statuts et règlement intérieur encoure d'éventuelles sanctions disciplinaires. (Cf art 12 des Statuts de l'ACD)

a. Définition de l'association AVIRON CLUB DOLOIS

D'après la loi du 1er juillet 1901 l'association est : « *la convention par laquelle deux ou plusieurs personnes mettent en commun d'une façon permanente, leurs connaissances ou leur activité dans un but autre que de partager des bénéfices.* »

L'Aviron Club Dolois est une association de type loi 1901 et non pas une entreprise commerciale. Son fonctionnement, son développement et ses investissements sont donc basés sur les actions bénévoles de ses membres. Ces actions permettent notamment un tarif d'adhésion à l'association de 40 à 60% inférieur au coût réel de la pratique. L'adhésion à l'Aviron Club Dolois implique donc un temps de mise en commun de ses connaissances ou activités au service de l'Aviron Club Dolois à travers le respect d'une convention : les Statuts.

b. Participation à la vie du club

➤ Respect des locaux

Le club est un espace de vie, partagé entre plusieurs utilisateurs à différents moments de la journée et de la semaine. C'est pourquoi, il est demandé à chaque utilisateur et groupe d'utilisateurs de maintenir cet espace de vie et de pratique sportive propre et rangé, après chaque utilisation.

Avant, après, ou à la place de certains entraînements, des temps de rangement et de nettoyage des locaux seront proposés au cours de la saison par le responsable de séance. La décision peut être prise le jour même.

➤ Rangement des locaux

Un espace de convivialité (machine à café, tasses, verres...) est mis à disposition des licenciés pour un temps d'échange après les entraînements. Après chaque utilisation, cet espace et le matériel qui lui est associé doit être propre et rangé.

Le matériel de musculation doit être rangé, les poids remis sur les racks de rangement, et les bancs de musculation nettoyés.

Les ergomètres et autres appareils cardio doivent être nettoyés et désinfectés. Les ergomètres doivent être rangés à la verticale.

Dans le parc à bateau, les bateaux doivent être rangés à leur place respective et les avirons également.

➤ Participation associative

L'adhésion à l'Aviron Club Dolois implique un temps de mise en commun de ses connaissances ou activités au service de l'association. Ce temps de bénévolat peut se traduire par une implication dans différents domaines : instances dirigeantes du club, encadrement, accompagnement des jeunes en compétition,



organisation et animation de manifestations, aide à la réparation de matériel, à la communication... et peut être ponctuel.

➤ **Garant image/valeurs du club (cf. projet associatif)**

La finalité du projet associatif de l'Aviron Club Dolois est de « *Participer à l'épanouissement personnel de la population du Pays Dolois à travers la pratique de l'aviron et le respect de l'environnement* » à travers le respect des valeurs suivantes :

- L'entraide et le respect
- L'accomplissement
- L'éducation
- La protection de l'environnement

Adhérer à l'Aviron Club Dolois c'est aussi adhérer à ses valeurs et les véhiculer. Tous les licenciés sont garants d'une image, d'un fonctionnement de l'ACD en phase avec ses valeurs.

c. Discipline

Toute consommation de tabac et de vapotage est interdite dans les locaux de l'ACD.

La consommation d'alcool dans les locaux du club est tolérée pour les personnes majeures dans la limite d'une consommation raisonnable permettant de conduire son véhicule dans le respect des lois en vigueur. La consommation d'alcool est interdite pour les mineurs.

La consommation de drogues quelle qu'elle soit, est totalement proscrite dans l'enceinte du club et ceci de façon permanente.

Tout manquement constaté ou signalé sera traité en comité directeur et pourra entraîner une sanction disciplinaire (Cf Statut)

➤ **Respect des horaires**

Un planning d'activité et d'utilisation des locaux, par les différentes pratiquants et sections, est affiché au club. Ces créneaux d'ouverture doivent être respectés, même par les pratiquants expérimentés.

➤ **Clés de locaux.**

Seules les personnes désignées à la majorité des voix par le comité directeur se voient attribuer les clés du bâtiment.

Pour des besoins ponctuels liés à la vie du club (réunion, sécurité...) des clés peuvent être prêtées, Elles doivent être rendues immédiatement la mission terminée. Le comité Directeur doit être tenu informé du prêt de ces clés.

Toute personne détentrice de clés qui n'entre pas dans les conditions énoncées précédemment peut se voir infliger une sanction disciplinaire (cf Statut)

➤ **Maintien de la discipline**

Les encadrants et membres du comité directeur sont garants du maintien de la discipline au sein de l'Aviron Club Dolois. Tout manquement constaté ou signalé sera traité en comité directeur et pourra entraîner une sanction disciplinaire (Cf Statut)



➤ **Charte du comité directeur**

Tout nouveau membre du Comité directeur doit accepter la charte de fonctionnement du comité directeur et la respecter.

➤ **Effets personnels/parking**

L'Aviron Club Dolois n'assure aucune surveillance des effets personnels et des véhicules des personnes licenciées ou invitées dans les locaux du club, quelque soit leur lieu de stockage. L'Aviron Club Dolois n'assure aucune surveillance du parking voiture et du parking à vélo. C'est pourquoi, il est recommandé de ne pas venir au club avec des objets de valeurs.

➤ **Respect du présent règlement**

Le non-respect du présent règlement intérieur est passible de sanctions disciplinaires Cf Statut).

➤ **Prêt du matériel.**

Le prêt du matériel du club à un licencié pour usage personnel ne peut être qu'exceptionnel. Toute demande de prêt devra être adressée au comité directeur du club.

II. REGLES DE SECURITE

Rappel : Le règlement de Sécurité de la FFA indique que tout pratiquant doit :

- Être membre du groupement sportif, en l'occurrence l'Aviron club Dolois, ou tout du moins être inscrit sur un registre ou un carnet à souche, la mention de l'inscription comportant : l'année, le mois et le jour de l'inscription. Un cahier de première sortie est tenu à cet effet.
- Être capable de nager 25 mètres et de s'immerger (**attestation d'aptitude fournie par le pratiquants majeurs ou leur représentant légal pour les mineurs**)
- Inscrire sa sortie sur le registre.
- Respecter l'interdiction de naviguer la nuit.
- Respecter les interdictions de naviguer.
- Respecter le code de navigation fluviale en vigueur.

a. Obligations pour les pratiquants expérimentés :

Seul les J18 et seniors ayant acquis leur autonomie de pratique, titulaire du brevet d'aviron Niveau 3, sont autorisés par le comité directeur de l'ACD à sortir hors des séances encadrées. Dans le cas des pratiquants mineurs, cette autorisation doit être validée par le représentant légal. Ces pratiquants doivent respecter les obligations générales citées ci-dessus et les réglementations en vigueur. Ils sont responsables du matériel et de leur propre sécurité.

b. Contre-indications à la pratique

Les contre-indications définitives :

- Les maladies cardio-vasculaires à l'origine de troubles à l'éjection ventriculaire gauche et/ou de troubles du rythme à l'effort ou lors de la récupération.
- L'épilepsie



- Les vertiges, les troubles de l'équilibre.
- Les troubles psychiques sévères entraînant la perte progressive et irréversible des fonctions mentales, liés à une maladie neuro-dégénérative du tissu cérébral.

Ces contre-indications, définitives sont absolues. Elles ne peuvent être relatives, la pratique de l'aviron entraînant une prise de risque et une intensité d'effort non contrôlable.

Les contre-indications temporaires :

- Les affections morphologiques statiques et/ou dynamiques sévères, en particulier du rachis dorsolombaire, avec risque de pathologie aiguë ou d'usure accélérée.
- Les lésions pleuropulmonaires évolutives.
- Les pertes de connaissance : celles-ci étant d'étiologies très différentes seront étudiées et appréciées au cas par cas.

Ces contre-indications temporaires seront levées quand un nouvel examen médical réalisé par un médecin du sport qui apportera la preuve clinique que l'affection est guérie ou consolidée et que la pratique de l'aviron n'est plus dangereuse pour le pratiquant et l'équipage éventuel.

c. Conditions de sortie

Les conditions atmosphériques à prendre en compte sont les suivantes :

- **Le vent** : il génère des vagues et rend la navigation difficile. Son déclenchement est souvent subit et imprévisible ;
- **Les orages** : ils entraînent souvent des coups de vent violents. Les risques dus à la foudre sont accrus sur l'eau ; l'utilisation de matériaux composites accentue le danger. Les sorties par temps d'orage sont interdites
- **Le brouillard** : il rend difficile l'orientation. Les obstacles deviennent invisibles. En cas d'accident, les secours sont ralentis. Les sorties sont interdites si la visibilité est inférieure à 500m
- **La nuit** : le règlement de sécurité de la FFA interdit toute sortie de nuit (sauf autorisation spéciale des autorités compétentes : préfecture, service de navigation...)
- **Le froid** : il réduit sensiblement le temps de survie en cas d'immersion dans une eau à basse température suite à un chavirage ;
- **Les crues** : l'augmentation du courant et des remous rend la navigation dangereuse. Les objets flottants qui sont charriés accroissent les risques de chavirage et de collision. Se référer à l'échelle de niveau d'eau affichée dans le club.

d. Règles de navigation

Quelque soit le niveau du rameur, il s'engage lors de chaque sortie sur le bassin à respecter :

- Le sens de navigation (à droite dans le sens de navigation) et le partage du bassin en remontant le long des berges. Il est strictement interdit et dangereux de naviguer au centre du bassin au risque de rentrer en collision avec d'autres rameurs.
- La zone de navigation réservée aux bateaux de plaisance ou péniches. Ce chenal est délimité par des bouées vertes. Les embarcations traversent le bassin pour rejoindre l'écluse suivante. Ces zones sont dangereuses pour les rameurs et il est strictement interdit de s'aventurer dans ces zones.

En fonction du niveau du rameur, il s'engage lors de chaque sortie sur le bassin à respecter :

- Les limitations de navigation correspondant à son niveau et indiquées par l'entraîneur ou le responsable de la sortie.



- o Le port de la brassière de sécurité (barreur, débutant,) lorsque cela lui est demandé.

e. Règles de mise en place de la coque de sécurité

Lors des créneaux d'entraînement, la présence d'une coque de sécurité doit être systématique. Le responsable de l'embarcation de sécurité doit être titulaire du permis bateau pour les moteurs d'une puissance supérieur à 6ch, et se doit d'équiper le bateau avec le matériel d'armement et de sécurité réglementaire.

f. Règles de sortie

Dans l'ordre, voici les étapes à respecter lors d'une sortie sur le bassin :

1. Prévoir une tenue adaptée à la pratique du sport
2. L'affectation d'un bateau faite par l'entraîneur ou le responsable de la sortie
3. Aider le responsable de la sortie à la mise en place du bateau de sécurité (amener moteur, bidon d'essence, ...)
4. Remplir le cahier de sortie mis à disposition
5. Mise en place de tréteaux pour sa propre embarcation mais également pour les autres rameurs si nécessaire
6. Vérification visuelle et complète de l'état du bateau et des matériels nécessaires à la sortie. Le cas échéant, prévenir par écrit ou oralement l'entraîneur, ou le responsable de sortie, des dégradations constatées.
7. Vérifier la disponibilité du ponton au départ et à l'arrivée avant de s'y présenter avec le bateau

Au retour de la sortie :

1. Réaliser un lavage du bateau à l'aide du point d'eau dans le hangar, d'une éponge et, le cas échéant, d'un savon adapté. Il est de la responsabilité de tous de limiter la consommation d'eau claire au strict minimum.
2. Ranger le matériel préalablement nettoyé, à son emplacement initial
3. Remplir le cahier de sortie pour annoncer son retour
4. Vérifier visuellement l'état du bateau et des matériels nécessaires après la sortie. Le cas échéant, prévenir par écrit ou oralement l'entraîneur, ou le responsable de sortie, des dégradations constatées.

g. Règlement Indoor

Le club met à disposition de ses adhérents une salle de musculation et des équipements de pratique sportive en intérieur. L'utilisation de l'ensemble du matériel est soumise à l'accord du comité directeur. Le club dispose de matériels qui appartiennent à un tiers. Celui-ci reste prioritaire dans leur utilisation.

L'utilisation du matériel doit se faire dans le respect des règles de sécurité. En cas, de besoin, il est nécessaire de demander à un encadrant quelles sont les bonnes pratiques à adopter. Il est demandé qu'après toute utilisation, le matériel soit nettoyé et rangé correctement et dans le respect de celui-ci.

Tout utilisateur ne respectant les règles ci-dessus pourra se voir refuser l'accès aux matériels Indoor.



III. PARTICIPATION AUX ENTRAINEMENTS ET DEPLACEMENTS

a. Participation à l'organisation des déplacements

Le club propose, tout au long de l'année, aux licenciés, la participation à des stages, compétitions et randonnées. Ces événements demandent une bonne organisation pour le déplacement et un investissement de tous les participants à travers leur participation :

- Au chargement et déchargement des remorques à bateau
- Au démontage et remontage des bateaux pour permettre le transport
- Au chargement des autres équipements comme les rames, coulisses, barre de pieds, dérive, ...
- Au démontage et au chargement des bateaux sur les remorques qui devra se faire au plus tard la veille du déplacement.
- Au déchargement et au remontage des bateaux qui devra se faire au plus tard trois jours après le déplacement. L'organisation du déplacement est l'affaire de tous.

Les accompagnateurs sont les bienvenus et ne sont pas tenu d'être licenciés. La pratique de l'aviron leur sera en revanche refusé.

b. Utilisation des camions et remorques

Afin d'assurer les déplacements, deux camions sont mis à disposition. Leur utilisation est réglementée par le comité directeur.

Seuls les titulaires du permis **depuis plus de 2ans** sont autorisés à conduire les véhicules. Une demande doit être faite auprès du comité directeur ou de l'entraîneur avant toute utilisation. Le cahier de sortie du véhicule doit être dûment rempli à chaque utilisation.

Seules les personnes désignées par le comité directeur et titulaires du Permis B depuis 2ans ou du permis remorque peuvent utiliser les remorques à bateaux. Le remorquage des bateaux est strictement interdit à toute autre personne.