



## -RÈGLES DE VIE DU GYMNASTE-

Lorsque je fais partie de l'USMB PASSY GYM, je m'engage à respecter ces règles de vie.

★ **Les valeurs gymniques** : le respect de chacun et du matériel, la solidarité, l'entraide, la politesse sont des valeurs qui nous sont chères, il est important de les respecter.  
Et même si la gym n'est pas un sport facile, amènes ton sourire à l'entraînement.

★ **Entraînements** : Tu ne dois pas oublier tes affaires de gym pour pratiquer( pas de jean ni vêtement avec des boucles) et tes cheveux doivent être attachés à tous les cours, tu ne dois pas avoir de bijou qui risque de s'accrocher (boucle d'oreille type anneaux ou pendantes, bracelet, collier etc.)

Les chewing-gums, bonbons et bijoux doivent rester au vestiaire, ton téléphone portable peut rester dans la salle de gym, mais tu ne peux pas le consulter pendant le cours.

Je respecte les heures de départ car mon entraîneurs à un autre groupe après ou doit aller manger et se reposer.

★ **Ta santé**: ton alimentation, ton sommeil, ta vie sportive t'appartiennent : Prends en soin pour être en forme et mieux t'entraîner.

★ **L'entraîneur-e** : ton entraîneur-e est une personne qualifiée alors tu dois l'écouter pour progresser et évoluer en toute sécurité.

★ **Le vestiaire et le matériel** : Le vestiaire est un lieu qui fait partie du gymnase, alors si tu veux un endroit propre, respecte-le en jetant tes papiers et bouteilles dans la poubelle.  
Concernant le matériel gymnique, prends-en grand soin, car il coûte très cher!!!  
Et attention on ne fouille pas dans le sac du copain!

★ **En cas de problème, de retard ou d'absence** :  
Oui, il faut en parler si quelque chose ne va pas. Le dialogue est une chose importante. Alors, n'hésite pas à parler à ton entraîneur-e ou un membre du comité.  
En cas d'absence ou de retard : toi ou tes parents doivent prévenir le club ou ton entraîneur-e au plus tard en début d'entraînement (usmbpassygy@gmail.com, ou sur les portables des entraîneurs).

★ **Vie du club** :  
Des animations peuvent être organisées tout au long de l'année (fête du sport, ventes, gala...) pour aider au financement du matériel par exemple. On compte sur toi pour y participer et y amener du monde, car c'est toi qui en bénéficie le plus.

**Merci à toi de partager ce beau sport qu'est la gym avec le club.**