



Le 9 septembre 2018

# LETTRE D'INFORMATIONS

## Septembre 2018

Venez visiter notre site internet. Il est régulièrement mis à jour.

<https://www.an-sartrouville.fr/>

### NOTRE ASSOCIATION

L'ANS a été créée en 1976. Au cours des années, elle a évolué vers **une structure mixte** qui associe des **entraîneurs professionnels rémunérés** et un comité de direction constitué de **bénévoles**. Cette structure mixte ne lui ôte nullement **son caractère associatif**.

Notre association est un club de **natation course**, affilié à la Fédération Française de Natation (**FFN**) et composée de 3 pôles d'activités : la formation, le perfectionnement et la compétition.

Près **de 60 créneaux horaires** sont proposés par semaine - **6 jours sur 7** (du lundi au samedi).

Notre association est hébergée au sein du Centre Aquatique de la Plaine (CAP). **L'ANS n'est pas le CAP.**

### REPRISE DES COURS

**A partir du 17 septembre**



### DOCUMENTS À FOURNIR

**Pas de certificat médicale remis = pas d'entrée dans l'eau**

Tout document transmis au personnel du CAP risque d'être irrémédiablement perdu.

**Tout document est à fournir UNIQUEMENT à l'entraîneur du nageur.**

### ASSEMBLEE GENERALE

Notre **assemblée générale** a lieu le samedi 15 septembre à 15h

à la cantine de l'école Jean Jaurès - en face de la piscine du CAP (123 avenue Tobrouk, Sartrouville)



**Par ailleurs, une réunion d'échange, avec les personnes désireuses de donner quelques heures de bénévolat au club, est organisée de 14h à 15h (même jour et même lieu)**

Nous comptons sur votre présence.



---

## Fiche de licence FFN

Le club passe pour cette saison sportive en tout licence.

N'oubliez pas de ramener **la fiche de licence FFN remplie** lors du premier cours.

---

## ATTESTATION D'INSCRIPTION

L'**attestation d'inscription** vous sera remise vers fin septembre.

---

## AGENDAS

Le **planning des cours** et **l'ouverture du club** sont consultables sur notre site Internet.

<https://www.an-sartrouville.fr/agendas/>

L'agenda des **animations, compétitions et autres événements** sera consultable fin septembre.

---

## MATERIELS

- Un **bonnet de bain latex** aux couleurs de l'ANS sera fourni dès la rentrée.

- Une **carte d'accès** sera fournie au plus tôt.

<https://www.an-sartrouville.fr/nos-conseils/la-carte-magn%C3%A9tique/>

---

## L'ÉQUIPEMENT DU NAGEUR

Pour les nouveaux adhérents, vous pouvez consulter notre site Internet pour **l'équipement à prévoir** (lunettes, claquettes, etc.)

<https://www.an-sartrouville.fr/nos-conseils/l-%C3%A9quipement-du-nageur-se/>



---

## À SAVOIR pour votre premier cours

**Tout d'abord, n'oubliez pas le certificat médical et la fiche de licence FFN.**

Pour que tout se passe bien :

- présentez-vous à l'accueil de la piscine 25 à 30 min avant le début du cours (**le démarrage est toujours long lors du premier cours !**),

- indiquez que vous êtes adhérent de l'ANS, *les hôtesse*s de l'accueil ouvriront les tourniquets pour accéder aux vestiaires,

- dirigez-vous ensuite vers les vestiaires collectifs. Les enfants doivent être autonomes (voir les règles élémentaires au niveau des vestiaires ci-dessous),

- puis, le nageur se présentera, après avoir pris une douche, sur le bord du bassin où il sera pris en charge par son entraîneur.

**D'ailleurs, l'ANS a besoin de « parents référent » pour chaque cours afin de gérer au mieux les règles élémentaires au niveau des vestiaires. N'hésitez pas à vous signaler à l'ANS.**

Enfin, nous vous demandons de tenir compte de l'affluence au niveau de l'accueil. Les hôtesses de l'accueil assurent l'accueil des clients de la piscine, ce sont des salarié(e)s du CAP. En toute circonstance, restez souriant et courtois, cela favorisera les relations avec tous et permettra une entrée plus fluide dans la piscine.

---

## Quelques règles élémentaires au niveau des vestiaires

- **Les parents ne doivent pas pénétrer dans les vestiaires collectifs quel que soit le motif.** Il faut que les enfants soient autonomes.

Néanmoins, durant les premières séances, c'est toléré... mais papa avec le garçon et maman avec la fille !

Ensuite, **à partir de la Toussaint**, chacun doit être autonome.

*Si toutefois, un enfant (notamment les 5 et 6 ans) a vraiment besoin de l'aide de ses parents pour s'habiller ou se déshabiller, il doit utiliser **une cabine individuelle et un casier individuel du CAP** en lieu et place des vestiaires collectifs. Puis à la fin du cours, les parents doivent repasser par l'accueil et préciser qu'ils doivent récupérer leur enfant au niveau des douches, en précisant qu'ils sont adhérents de l'ANS. **Il est strictement interdit de passer par le bord du bassin.***

- **Dans les vestiaires et sous les douches, le nageur reste sous la responsabilité de ses parents** mais sera en pratique rarement surveillé par un adulte. Il se doit d'adopter un comportement irréprochable. L'ANS n'est donc pas responsable en cas de vol, de mauvais comportement (pouvant entraîner une blessure) ou toutes autres incivilités dans les douches et dans les vestiaires.

- **Les vestiaires ne servent qu'à se changer.** Le nageur ne peut y stationner plus longtemps que le strict nécessaire. Il est interdit d'y chahuter, d'y rester pour bavarder. Toute attitude non convenable pourra être sanctionnée (donner des coups de pied dans les cabines, insulter ses camarades, monter sur les casiers, répandre sur le sol du gel douche ou du shampoing, déplacer ou cacher ou même jeter à terre les affaires des autres, etc.)

- Il est conseillé de ne laisser aucune affaire dans les vestiaires (mauvaises blagues des camarades, vol, perte). Pour cela, un sac cabas est utile pour amener toutes les affaires (y compris le gros blouson !) sur le bord du bassin. Il sera entreposé sur les gradins pendant toute la durée de l'entraînement sans que les affaires ne soient mouillées.

