

" Règles du Jeu "

Cours Perfectionnement/Compétition

Section « Escalade et Montagne »

ASPTT Nancy-Champigneulles-Pulnoy

La Section « Escalade et Montagne » de l'ASPTT Nancy-Champigneulles-Pulnoy consacre des moyens importants qui traduisent son souhait de développer et **améliorer la performance** de ses cours perfectionnement /**compétition**.

L'objectif est de motiver nos jeunes à la pratique de l'escalade en compétition, de les aider à allier travail technique et physique en escalade avec le plaisir et la réussite dans leur projet sportif. Cet esprit d'équipe doit également favoriser les échanges entre les jeunes et créer une émulation positive autour de la compétition.

Aussi, nous proposons les "**règles du jeu**" suivantes pour permettre à tous nos jeunes de profiter mieux encore de ces entraînements.

Ce document devra être remis en deux exemplaires lors de votre inscription maximum 15 jours après la reprise des cours d'escalade.

L'accès au groupe :

- a) Justifier d'un bon niveau d'escalade.
 - a. U11/U13/U15 -> 5c/6A
 - b. U15/U17/U19 & + -> 6b/6C
- b) Justifier de vos motivations.
- c) Justifier de précédent résultat en compétition officiel.
- d) J'accepte de passer un test sur 2,3 voies choisies par l'entraîneur/coach.

JE M'ENGAGE A :

Venir avec du matériel efficace à chaque séance :

- a) Avoir à minima ma paire de chausson « perso »
- b) Et à terme, avoir 2 paires de chaussons de qualité, une pour l'entraînement (ceux de l'année précédente par exemple) et une pour la compétition (bien à ma taille et pas usés). Ces 2 paires de chaussons doivent être amenées à chaque entraînement et seront utilisées en fonction des propositions des entraîneurs.
- c) Un baudrier adapté à ma taille
- d) De la magnésie
- e) Une brosse à glisser dans le sac à magnésie

Avoir un bon comportement :

- a) Je suis assidu (2 cours / semaine **OBLIGATOIRE** et 1 seul pour le groupe Pré compétition du samedi **OBLIGATOIRE**)
- b) J'arrive à l'heure aux entraînements, préviens mon entraîneur en cas d'absence.
- c) Je respecte les règles de sécurité et je suis **TOUJOURS** vigilant à l'assurage, en tête, double check, etc...
- d) Je fais partie d'un collectif et je m'adapte en ajustant mon comportement à l'ensemble du groupe.
- e) Je participe à l'émulation en aidant et en encourageant et aidant au besoin mes camarades.
- f) Je participe avec bonne volonté aux exercices proposés, je m'implique et je me motive pour faire du mieux que je peux.
- g) Je serai attentif à faire un bon échauffement.
- h) En cas d'une blessure, j'informerai mon entraîneur, coach et la secrétaire de l'ASPTT Nancy Escalade. Lors de mon retour en cours en collaboration avec mon entraîneur j'adapte les exercices et transmets un certificat médical.
- i) Je range mon téléphone et mes écouteurs/casque de musique.
- j) Je fais attention à l'utilisation de la magnésie et je passe l'aspirateur en fin de séance.

Participer aux compétitions :

- a) Je m'engage à participer à 3 compétitions au minimum /An comme compétiteur **ou** juge.
(Circuit des P'Tits Grimpeurs, Championnats Territoriaux, de Ligue Grand Est, Coupe d'Alsace, Coupe de Ligue Grand Est ,Coupe de France ou Open) de Bloc, Difficulté, Combiné...

<http://grandest.ffme.fr/index.php/competition/calendrier-et-inscriptions>

<https://mycompet.ffme.fr/app>

- b) Je participe aux compétitions en représentant mon Club et mon équipe. (**Port du T-Shirt du Club OBLIGATOIRE**).
- c) J'imprime ma licence avec une photo disponible sur myffme.fr
- d) Je me comporte avec Fair Play aux compétitions : je respecte mes adversaires, les règles Fédérales, les Clubs organisateurs, les décisions des juges / Présidents du Jury, le public et l'esprit du jeu, mais aussi je fais preuve de loyauté, de maîtrise et de dignité dans la victoire comme dans la défaite.

<https://www.ffme.fr/escalade/competition/textes-et-reglements-competitions-escalade/>

- e) En début d'année je définis un objectif clair et réalisable avec mon entraîneur/coach.

La Section « Escalade et Montagne » de l'ASPTT Nancy-Champigneulles-Pulnoy :

- a) Participe à une Aide financière : Prise en charge des frais de participation aux compétitions :

<https://nancy-meurthe-et-moselle-escalade.asptt.com/competitions/remboursements-competitions/>

- b) Vous assure un encadrement sur une SAE (Structure Artificielle d'Escalade) renouvelée régulièrement ou dans une salle de bloc (Climb Up, Bloc Session, etc...)
- c) Vous informe des compétitions et de l'organisation des cours.
- d) Vous propose en complément, des stages ou de sorties pendant les vacances et/ou weekend (dans d'autres SAE : Epinal, Arlon, Strasbourg, Colmar, Besançon etc..) et en Sites Naturels (Lérouville, Hautes-Vosges, Baume-Les-Dames, Toulon, Orpierre, etc...)
- e) Vous propose des formations pour devenir Juges de bloc et/ou de difficulté, initiateurs SAE ou d'ouvreur Club.
- f) Récompense les grimpeurs les plus performants lors de son l'Assemblée Générale (**AG**) de Juin
- g) Sélectionnera les compétiteurs pour participer aux stages du Comité Territorial de Lorraine en fonction des quotas qui nous seront attribués. Le choix sera réalisé par l'entraîneur et le coach en fonction des résultats précédents, de la motivation du compétiteur et de son comportement.

" Règles du Jeu "
Cours Perfectionnement/Compétition
Section « Escalade et Montagne »
ASPTT Nancy-Champigneulles-Pulnoy

Prénom : **Nom :**
Catégorie :

Objectifs :

.....
.....
.....
.....

Je certifie avoir pris connaissance des "Règles du jeu" des équipes
Perfectionnement et compétition de l'ASPTT
Nancy-Champigneulles-Pulnoy et m'engage à la respecter.

A....., le...../...../.....

Signatures des parents :

Signature du compétiteur :

.....

.....

Signature du Coach :

Le/...../.....

.....