

# CHARTRE DU GYMNASTE A L'ESF - SAISON 2022-2023

- 1. Ponctualité du gymnaste :** Les horaires doivent être respectés en incluant les temps de mise en place de la salle et son rangement ; tout retard doit être exceptionnel et dans la mesure du possible communiqué.
- 2. Politesse et Respect :** Le gymnaste doit respecter les entraîneurs ainsi que les différents bénévoles qui mettent tout en œuvre durant la saison pour lui permettre d'exercer la gymnastique dans de bonnes conditions.
- 3. Respect des règles de sécurité :** Il est important de respecter les règles de sécurité dans la salle de gymnastique, afin de ne pas gêner la pratique des autres sportifs : déplacements sans courir, sur les bords de salle, avec autorisation de l'entraîneur afin de ne pas gêner les différents ateliers en place.
- 4. Tenue correcte adaptée à la pratique de la gymnastique obligatoire :** justaucorps / short-tee-shirt, sans bijoux et les cheveux attachés.
- 5. Utilisation des vestiaires par tous les gymnastes pour se changer ainsi que pour poser ses effets personnels durant les entraînements** (pas de sac le long des murs de la salle durant les entraînements, sauf consignes des entraîneurs).
- 6. Participation active de tous les gymnastes à la mise en place de la salle de gym et à son rangement, guidés par l'entraîneur.**
- 7. Utilisation de gourdes ou de bouteilles personnelles** afin de s'hydrater durant les entraînements et ainsi de limiter les déplacements vers les vestiaires qui pourraient nuire au confort des différents groupes.
- 8. Durant les entraînements, l'accès à la salle de gymnastique est exclusivement réservé aux gymnastes du club et à leur famille.**
- 9. Pas de sortie des gymnastes durant les entraînements sans autorisation de l'entraîneur ou d'une personne responsable.**

Merci de recopier :

**« J'ai lu et j'ai compris l'ensemble des règles de la charte du gymnaste à l'ESF et je m'engage à les respecter tout au long de l'année »**

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

**Signature du gymnaste :**