

Code d'Éthique – Gymnastes Secteur Compétitif

1. Je porte un maillot de gymnastique à chaque entraînement.
 - Les cuissards sont permis.
 - Les camisoles et les shorts de sport ajustés sont tolérés.
2. J'arrive à l'heure pour mon cours, prête à débiter (cheveux attachés, maillot, tapping).
3. J'avise mon entraîneur en cas d'absence ou de retard. En cas de retard, je dois reprendre la totalité de mon échauffement avant de débiter mon entraînement pour des raisons de sécurité.
4. Lors des journées plus froides, les cotons ouatés sans fermeture éclair sont acceptés pour la période d'échauffement uniquement. Une fois les mouvements commencés, je dois l'enlever.
5. Pour des raisons de sécurités, je dois avoir les cheveux bien attachés, en **chignon ou en tresse obligatoirement**. Les cheveux ne doivent pas tomber dans le visage ou couvrir les yeux.
 - Si ma couette ne se rend pas à mes yeux, je peux garder la queue de cheval.
 - Si ma tresse se rend à mon œil, je dois les attacher en chignon.
6. J'enlève mes bijoux lors des entraînements et des compétitions. Seules les petites boucles d'oreilles collées au lobe peuvent être tolérées, **si approuvées par l'entraîneur**.
 - J'enlève mes bracelets et, si je ne peux pas l'enlever, je le tape.
7. Lors des compétitions, je dois porter le maillot et le survêtement officiel du club.
 - Le vernis à ongle et les faux ongles ne sont pas permis.
 - Les sous-vêtements ne doivent pas être visibles.
8. **Je ne peux pas** utiliser mon cellulaire ou ma tablette lors des entraînements, des collations ou des compétitions sans l'autorisation de mon entraîneur.
9. Je dois me procurer mon propre tape sportif. Il est conseillé de toujours en avoir avec soi. Il y en a en vente au bureau.
10. Je ne peux pas avoir de gomme lors des entraînements ou des compétitions.
11. Je respecte, en tout temps, les directives et les consignes de sécurité émises par la direction ou par les entraîneurs.

12. **Je dois patienter assise** dans l'entrée du gymnase avant le début de son cours.
Il est interdit de faire de la gymnastique sans la présence de son entraîneur.

13. Je contrôle mes émotions, j'adopte un langage approprié et j'évite les gestes de frustration lors des entraînements et des compétitions.

14. Je fais preuve de respect et de collaboration en tout temps et envers tous.

15. Je donne mon maximum à chaque entraînement, j'adopte une attitude positive et je garde le sourire.

16. Je garde un bon esprit d'équipe et j'encourage les autres gymnastes.

L'intimidation et tout type de violence (physique, verbale, psychologique) ne seront pas tolérés. L'utilisation de ses comportements entraînera une suspension immédiate de l'athlète.

En cas de non-respect du code d'éthique, l'athlète recevra une sanction. La procédure de sanction va comme suit :

1. Avertissement verbal de l'entraîneur.
2. Rencontre entre l'athlète, l'entraîneur et le parent.
3. Rencontre avec le parent, l'athlète, l'entraîneur et la direction.
4. Suspension d'un cours.
5. Suspension d'une semaine.
6. Expulsion du secteur compétitif.
7. Expulsion complète du club.

Je confirme avoir lu et compris le présent Code d'éthique. Je m'engage à respecter les principes et les règles énoncés ci-dessus. Je reconnais que tout manquement à ces règles pourra entraîner des mesures disciplinaires ou des conséquences conformément aux règlements de l'organisation.

Nom de l'athlète : _____ Nom du parent : _____

Signature : _____ Signature : _____

Date : _____