ASC LE HAVRE NATATION

Charte du nageur en compétition

Avant la compétition :

- Préparer les affaires de natation (maillot, bonnet du club, lunettes, matériel d'entrainement, chaussures spéciales bassin)
- Arriver à la piscine pour l'heure indiquée sur le mail de convocation (heure d'ouverture des portes). Tout retard imprévu doit être signalé par téléphone à l'entraineur dans les meilleurs délais.
- Rester en groupe avec les autres nageurs, les parents et l'entraineur du club
- Prendre connaissance auprès de l'entraineur des horaires prévus de nage
- Ecouter les instructions de l'entraineur
- Participer à l'échauffement préparé par l'entraineur
- Toute blessure, maladie ou autre évènement survenu en cours de compétition doit être immédiatement signalé à l'entraineur

Pendant la compétition :

- Rejoindre la chambre d'appel à l'annonce du speaker ou sur indication de l'entraineur
- Rejoindre la chambre d'appel avec son bonnet du club et ses lunettes
- Respecter les consignes réglementaires du départ de la nage
- Après la nage, attendre le départ de la série suivante pour sortir de l'eau (sauf indication contraire des officiels). La sortie s'effectue toujours par les échelles sur le côté du bassin. Ne jamais sortir en extrémité de ligne d'eau
- Demander aux chronométreurs officiels de sa ligne d'eau le temps réalisé
- Communiquer son temps à son entraineur pour un débriefing de la course

Fin de la compétition

- Un nageur ne peut quitter la piscine qu'une fois toutes ses nages prévues réalisées
- Le départ de la piscine ne peut s'effectuer qu'avec l'avis favorable de l'entraineur