



CHARTRE SPORTIVE DE L'ATHLÈTE

Saison 2025 – 2026

Club : Bauges Ski Nordique

Athlète :

Nom :

Prénom :

Catégorie :

Date :

*"Le biathlon n'est pas seulement un sport, c'est une école de vie.
Chaque séance, chaque effort forge ton mental, ta résilience et
ton excellence."*

Cette charte définit les engagements réciproques entre l'athlète, sa famille et le club **Bauges Ski Nordique (BSN)**.

Elle garantit un environnement d'entraînement exigeant mais bienveillant, structuré mais évolutif, dans lequel chacun a un rôle actif à jouer.

Signer cette charte, c'est choisir de s'engager dans un projet qui dépasse le simple fait de venir s'entraîner.

C'est prendre conscience que la réussite passe par la rigueur, l'investissement et la solidarité.

I. L'ENGAGEMENT SPORTIF : VERS LA MEILLEURE VERSION DE SOI-MÊME

Entraînement & Mentalité

| *"Seul, on va plus vite ; ensemble, on va plus loin."*

Le club est un cadre choisi, un lieu où tu viens pour te construire et te dépasser.

L'athlète n'y vient pas comme consommateur, mais comme acteur volontaire de son évolution.

Il bénéficie :

- du soutien de ses coéquipiers,
- de l'accompagnement des entraîneurs,
- et d'un environnement pensé pour sa progression.

Mais aucun progrès ne se fera sans implication totale à l'entraînement.

Ce sont les efforts répétés, les petits sacrifices, la régularité, l'exigence avec soi-même qui créent la performance.

| 🧠 *Tu veux progresser ? Viens avec l'envie de te dépasser. Même les jours sans. Surtout les jours sans.*

Présence & régularité

Chaque absence crée un retard.

Chaque entraînement est une chance de plus pour progresser, comprendre, renforcer son mental.

L'été n'est pas une pause, mais un tremplin.

Le groupe ne peut avancer que si chacun joue son rôle avec sérieux.

Être présent, c'est aussi un signe de respect :

- |
- "Respect pour les coachs qui préparent tes séances,"
 - "Respect pour tes camarades qui comptent sur toi,"
 - "Respect pour toi-même et tes objectifs."

2. MODALITÉS D'ADMISSION ET D'ÉVOLUTION DANS LE CLUB

Inscription annuelle & engagement

L'inscription n'est pas automatique.

Chaque année, la motivation et le comportement de l'athlète sont évalués pour valider sa place dans le groupe.

L'engagement est un contrat moral entre toi et le club :

- Entraînements réguliers,
- Attitude positive,
- Ouverture à la progression,
- Esprit d'équipe.

Suivi & sélection

Un suivi précis (présences, implication, performance) est mis en place.

Les choix du club s'appuient autant sur des chronos que sur l'attitude, la capacité à rebondir, et la volonté d'apprendre.

Le club est un tremplin, pas un distributeur de dossards. Le chemin vers le haut niveau se mérite et se construit, pas à pas.

3. EXCELLENCE SPORTIVE ET SCOLAIRE : UN DOUBLE OBJECTIF

| *"Le sport révèle le caractère, l'école construit l'avenir."*

Le projet du club repose sur un équilibre fondamental : être exigeant à l'entraînement, mais tout autant dans son parcours scolaire.

Pourquoi ? Parce que l'école est un pilier :

- Elle développe l'esprit critique et la compréhension du monde.
- Elle permet de construire un projet professionnel, même en dehors du sport.
- Elle conditionne l'accès aux filières d'excellence, y compris sportives.

Pour ceux qui visent une carrière d'athlète de haut niveau, un bon dossier scolaire est essentiel pour intégrer les structures adaptées (Pôle Espoirs, Pôle France, études aménagées, etc.).

L'un ne va pas sans l'autre.

La rigueur et l'organisation demandées pour concilier sport et études sont aussi des qualités qui feront la différence dans le sport de haut niveau.

Le jeune s'engage donc à :

- Être pleinement investi dans son projet scolaire.
- Être assidu et ponctuel à tous les cours.
- S'organiser efficacement pour réussir à concilier sport et apprentissages.
- Participer aux événements scolaires (Cross scolaires UNSS).

Une convention est signée entre le club Bauges Ski Nordique et l'établissement scolaire de chaque jeune.

Elle permet des aménagements réfléchis, pensés pour faire grandir chacun dans son double projet.

Respecter cette convention, c'est respecter son engagement envers soi-même, son club, et son avenir.

4. ÊTRE ACTEUR DU CLUB : INVESTISSEMENT ET VIE COLLECTIVE

| *"Un club vivant, c'est un club où chacun apporte quelque chose."*

Chaque athlète est une pièce essentielle du puzzle BSN.

Ton engagement ne s'arrête pas aux entraînements :

Tu participes à la vie du club. Tu l'enrichis de tes idées, de ton aide, de ton énergie.

Cela peut passer par :

- Aider lors d'événements (Trail des Bauges, animations, logistique),
- S'impliquer dans la communication, proposer des initiatives jeunes,
- Suggérer des idées concrètes pour faire avancer le collectif.

Ce n'est pas une option : **c'est une partie intégrante de ton engagement.**

Et c'est une façon de vivre le sport dans toute sa dimension humaine.

| *Donner un peu de son temps, c'est rendre ce que l'on reçoit. Et participer à un projet plus grand que soi.*

5. ENGAGEMENTS DE LA FAMILLE : UN PILIER DISCRET MAIS ESSENTIEL

"La performance individuelle repose toujours sur un équilibre collectif."

La famille joue un rôle central, souvent en arrière-plan, mais décisif.
Elle soutient, accompagne, encourage et ajuste.

Elle s'engage à :

- **Favoriser une bonne hygiène de vie** (sommeil, alimentation, rythme),
- **Être à l'écoute** : fatigue, stress scolaire, découragement, surcharge...
- **Valoriser l'engagement** pris par l'enfant, sans pression de résultats,
- **S'impliquer dans la vie du club**, notamment via la participation aux événements ou à la logistique, en relais avec les encadrants.

Le club ne peut fonctionner sans ce soutien.

C'est **ensemble**, familles, athlètes, encadrants, que nous construisons une dynamique forte et durable.

6. ENGAGEMENTS DU CLUB

Le club s'engage à :

- Offrir un encadrement compétent, structuré et humain ;
- Accompagner chaque jeune dans sa progression et son équilibre personnel ;
- Mettre en œuvre un programme exigeant mais accessible ;
- Favoriser les passerelles avec les structures fédérales et scolaires ;
- Être à l'écoute des besoins, avec bienveillance et exigence.

7. VALIDITÉ DE LA CHARTE

Cette charte prend effet à partir du [date] et s'applique pour toute la saison 2025–2026.

Elle est renouvelable chaque année, tant que l'athlète reste membre du club.

Fait en trois exemplaires, le [date]

(Athlète, Famille, Club)

Signature de l'athlète :

Signature du représentant légal (si mineur) :

Signature de l'entraîneur du club : Corentin Lebrun

Signature du président du club : TUTTI MO Cécine

