

REGLEMENT INTERIEUR

Article 1 : Objet

La section Club a été créée par l'AG de 18 mars 2022 et est inscrite dans les statuts enregistrés à la préfecture en date du 6 avril

L'Ultra Marin Club a pour but d'animer et de développer la partie « activités sportives » de l'Association.

Le présent règlement intérieur a pour objet de préciser certaines dispositions des statuts de l'association Ultra Marin Raid du Golfe du Morbihan concernant la section Club, de définir les modalités générales de fonctionnement de ULTRA MARIN CLUB au sein de l'Association et leurs relations avec le bureau de l'Association Ultra Marin Raid Du Golfe.

En cas d'erreur, d'omission ou de contradiction entre un article du présent règlement et les statuts de L'Association Ultra Marin Raid du Golfe, ces derniers font foi.

Ce règlement intérieur a été présenté au CA de l'Association Ultra Marin Raid du Golfe en date du 31 mai 2022. Il est mis à jour une fois par an et présenté au CA de l'Association.

Les cas non prévus par le présent règlement intérieur sont tranchés par le bureau de la SECTION ULTRA MARIN CLUB dans le respect des lois et règlements en vigueur et ce, en attendant de les présenter à la cession suivante de l'Assemblée Générale.

La section Ultra Marin Club comporte 3 disciplines : Trail, Marche Nordique, Swimrun, pour adultes.

D'autres disciplines pourront être créées par le CA du Club.

Article 2 : Administration de la section Ultra Marin Club

La section est gérée par un conseil d'administration.

Le Bureau du club est composé de 4 membres :

- Une présidente : Florence TUAL
- Un secrétaire : Thierry LAMOUR et une secrétaire adjointe : Gwen OGER
- Un trésorier : Loïc CAUDAL

Le Conseil d'Administration se compose de 10 membres :

- Les membres du bureau et 2 représentants de chaque discipline, soit 1 coach et un adhérent ;
- Les représentants de discipline sont les interlocuteurs du CA et portes paroles de la discipline, adhérents et coaches.

En tant que membres du CA, ils contribuent aux réflexions et à la mise en œuvre des projets de l'Ultra Marin Club.

En cas d'égalité le président dispose d'une voix prépondérante.

Le CA est renouvelé par tiers chaque année, par un vote de l'AG de l'Ultra Marin Club, et validé par le CA de l'Association Ultra Marin Raid du Golfe. Le bureau de l'Ultra Marin Club est élu par le CA de l'Ultra Marin Club, il est validé par le CA de l'Association Ultra Marin Raid du Golfe.

Pour l'année 2023, les élections permettront d'élire un adhérent de chaque discipline.

Pour être électeur, à l'Assemblée Générale il faut :

- Être membre d'une discipline,
- Être en règle avec la trésorerie

Pour être éligible au CA de l'Ultra Marin Club, il faut :

- Être adhérent du Club sur les deux dernières années sportives le jour de l'élection
- Être en règle à jour de ses cotisations et autres frais en cours
- Être âgé de dix-huit ans au jour de l'élection
- Faire acte de candidature

L'Ultra Marin Club s'appuie également sur ses athlètes, et les sollicitera pour définir et participer aux différents projets, soit sous forme de questionnaire, soit plus directement par leur participation à des commissions.

Article 3 : Assemblée générale de la section Ultra Marin Club

La section club doit tenir une assemblée générale annuelle. Cette dernière se compose des membres actifs de la section (membre actif : coachs et pratiquants d'une ou des disciplines à jour de ses cotisations). Aucun quorum n'est requis.

Le président (ou son représentant), du bureau de l'Association Ultra Marin Raid du Golfe, a qualité pour assister aux assemblées générales de la section Club. Il n'a pas le droit de vote, sauf s'il est par ailleurs membre actif de l'Ultra Marin Club.

La convocation est à l'initiative du bureau de la section qui fixe la date, le lieu et l'ordre du jour. Elle peut également être convoquée à la demande écrite et signée d'un quart au moins des membres actifs qui la composent. La convocation sera notifiée, au moins quinze jours pleins avant la date de l'assemblée, par tout moyen jugé valable par le bureau (courrier individuel, affichage dans le local de la section, voie de presse etc.)

L'ordre du jour comportera obligatoirement les points suivants :

- Rapport moral sur l'activité de la section (soumis à adoption) ;
 - Rapport financier de l'exercice (soumis à adoption) ;
 - Montant des cotisations.
 - Budget prévisionnel.
- Rapport sportif (non soumis à adoption) ;
- Présentation des projets et bilan (non soumis à adoption) ;
- Élections avec indication du nombre de postes à pourvoir (en cas d'année électorale)

L'ordre du jour rappellera les conditions et formalités à remplir pour être candidat au CA de l'Ultra Marin Club.

Le scrutin secret peut-être demandé par le bureau ou par le quart des membres de l'assemblée générale présents ou représentés.

Article 4 : Éligibilité, élections

Le bureau de l'Ultra Marin Club est élu par le Conseil d'administration de l'Ultra Marin Club. Il est validé pour une durée de trois années maximums par le CA de l'association L'Ultra Marin Raid du Golfe à la majorité absolue.

Pour être éligible au CA de l'Ultra Marin Club, il faut :

- Être adhérent du Club sur les deux dernières années
- Être en règle à l'égard de la trésorerie
- Être âgé de dix-huit ans au jour de l'élection
- Faire acte de candidature auprès du CA

Article 5 : Litiges

En cas de litige survenant au sein de la section ULTRA MARIN CLUB et non susceptible d'être réglé à l'amiable par le CA

Toute sanction disciplinaire ne pourra être prise que par le Conseil d'administration de l'Ultra Marin Club.

Article 6 : Encadrement sportif

Sous la dénomination « encadrement sportif » est compris : le référent de discipline, les entraîneurs diplômés d'état ou fédéral, les assistants diplômés ou en formation.

Les représentants de discipline sont les interlocuteurs du CA et portes paroles de la discipline. Ils sont les « porte-parole » entre le CA du Club et les adhérents et entraîneurs.

L'encadrement sportif par l'intermédiaire de son responsable reçoit du bureau du CLUB toutes indications utiles sur les missions qui lui sont confiées.

Le président du club réuni au moins une fois par an l'ensemble des entraîneurs.

Le ou les entraîneurs peuvent être invités par le président du CLUB ou à être entendu par lui dans le cadre de la discipline qu'il enseigne :

- Pour y exposer les problèmes pratiques ou techniques qu'il désire voir étudier.
- Pour prendre connaissances des directives générales arrêtées par le bureau du CLUB.

De la même façon, les entraîneurs peuvent solliciter une rencontre avec le président de ULTRA MARIN CLUB pour y exposer des problèmes sportifs,

L'Ultra Marin Club propose et soutient financièrement la formation initiale et continue des coaches, en particulier les formations proposées par le bureau, la FFA, FF-TRI validées par le CA), aux entraîneurs ou membres du bureau qui souhaitent développer leurs connaissances dans le domaine sportif, de l'encadrement.

Les activités sportives s'exercent sous le contrôle des coaches. Dans ce cadre la responsabilité du Club est engagée durant les heures d'entraînement. En aucun cas, elle ne peut l'être pour les athlètes avant et après l'heure de l'entraînement. Toute personne quittant l'entraînement avant la fin de celui-ci doit en informer le coach.

Le coach responsable de l'entraînement s'assure de la sécurité des athlètes ; il compte le nombre d'athlètes au départ et à l'arrivée.

Un entrainement doit au minimum être encadré par un coach qui peut se faire aider d'une personne désignée pour la séance,
Les coaches ont leur téléphone portable pendant les entrainements ; il est recommandé d'y installer l'application Staying Alive qui indique l'emplacement des défibrillateurs cardiaques les plus proches.

Les coaches indiquent le lieu et l'heure de rendez-vous des entrainements sur le site du Club.
En cas d'alerte météo orange (météo-France), tous les entrainements ou sorties sont annulés.
Les règles de la FFA et de la FF-Tri seront expliquées aux athlètes et respectées.

Lors des déplacements en lien avec des entrainements, ou sorties organisées par le Club, le co-voiturage est fortement encouragé, Le conducteur du véhicule doit savoir qu'il est le seul responsable de sa conduite que ce soit son véhicule personnel ou un véhicule tiers. Il doit :

- Être en possession de son permis de conduire en bonne validité.
- Être assuré en responsabilité civile sur son véhicule personnel
- Être pleinement conscient de ses responsabilités et respecter strictement le code de la route (respect de la vitesse maximale autorisée, de consommation d'alcool ni de stupéfiants).

En aucun cas le club ne paiera les amendes en cas de non-respect du code de la route. Le club se décharge des vols et dégradations commis sur et dans les voitures particulières.

En cas de survenue d'un problème grave lors d'une activité encadrée par le club (ayant nécessité un appel des secours, ou ayant entraîné un arrêt de travail par exemple) la présidente du club est aussitôt informée de la situation et des mesures prises ; si besoin, elle organisera un débriefing avec les coaches et/ou encadrants, voir si besoin un retour sur la situation pour les athlètes (impact psychologique).

Les activités de natation, running, swimrun, marche nordique, organisées en dehors du Club à titre personnel, ne figurent pas sur le site du Club, et relèvent de la responsabilité individuelle des personnes qui y participent.

6.1 Règles de sécurité complémentaires des entrainements de SWIMRUN

Les pratiques en SWIMRUN durant les entraînements et sorties en mer comme sur terre sont réalisées pour aguerrir et mieux appréhender les différentes situations rencontrées par les adhérents lors des compétitions de SWIMRUN.

6.1.1 - L'encadrement

>>Personnes titulaires du BNSSA

Jean-Pierre ALLEARD (titulaire également du BF 5, 1er niveau Triathlon)

Sébastien GODEC, diplôme à venir en 2023

>>Personnes ressources (elles contribuent à organiser des sorties)

Géraldine ANDRIEUX, entraîneur de natation

Frédéric ARTIGNY, grande expérience de navigateur, bonne connaissance du golfe, nageur expérimenté.

John LESCOUBLET, entraîneur de trail, nageur expérimenté, grande expérience.

Loïc CAUDAL, grande expérience de navigateur, bonne connaissance du golfe et de traileur.

6.1.2 - Les entrainements

A - Equipement des swimrunners

Les athlètes sont équipés de combinaisons (avec sifflet intégré), de bonnets ou /et de chasubles de couleurs vives pour une meilleure visibilité.
Ils disposent d'une bouée de surface de couleur pour deux.

B - Préparation des sorties

- Les sorties, préparées quelques jours avant pour tenir compte d'informations fiables, sont présentées sur le site du Club, en reprenant les critères principaux ;
- Les informations sont confirmées ou actualisées si besoin le jour de la sortie, notamment : Météo, marée, coefficient, lieu, courants, horaire.
- Le parcours sera confirmé en fonction du nombre d'athlètes inscrits.
- La sortie sera annulée en cas d'alerte orange et en cas d'orage sur le parcours.

C - Les sorties

La sortie commence par un briefing de départ ajusté en fonction de l'évolution de la météo.

Les athlètes fonctionnent en binôme, avec une longe obligatoire pour les débutants ou les nageurs moins aguerris, avec un nageur aguerris. Chaque athlète (même non longé), est en « binôme » avec un autre et exerce une vigilance vis-à-vis de son binôme pendant la nage (reste à vue).

Les athlètes se regroupent au départ et en fin de chaque séquence ; des regroupements sont également prévus lors de séquences longues de natations.

La sortie peut être modifiée à tout moment pour s'adapter à la situation réelle sur place ; En cas de manque de visibilité, d'interrogations sur un courant, un nageur expérimenté va en éclaireur pour estimer la situation. De même, certains athlètes débutants peuvent ne pas faire certaines séquences de natation.

On distingue trois niveaux de sorties

- Niveau 1 : Absence de difficulté du milieu naturel, natations longeant la côte, courtes traversées : un encadrant titulaire du BNSSA est présent, il participe à la sortie dans l'eau.
- Niveau 2 : Iles éloignées, natations plus longues, traversées de zones de navigation. Une embarcation (motorisée, kayak du club, paddle) avec un encadrant titulaire du BNSSA et équipé de matériel de sécurité * accompagne les athlètes.
*matériel de sécurité : trousse de secours (la composition sera précisée en lien avec Pascal TUAL, pansement compressif, antiseptique, coalgan...), couverture de survie, téléphone chargé du club dans un étui étanche.
- Entraînement spécifique : les encadrants peuvent proposer des séances d'entraînement spécifique pour travailler un aspect technique particulier, en reliant des bouées, ou longer une zone de baignade par exemple. Les séances se déroulent dans des sites adaptés, les athlètes ne sont pas organisés en binôme mais restent à vue de l'encadrant. Un encadrant titulaire du BNSSA est présent, il participe à la sortie dans l'eau.

D - Ravitaillement

Les athlètes sont auto-suffisants pendant les sorties ; un ravitaillement leur est proposé à la fin de la sortie.

E - En cas de problème

Lors des séquences de natation, en cas de difficultés ; les athlètes se signalent en levant le bras, ou en utilisant leur sifflet.

6.1.3 - Les entraînements en piscine

Entraînement spécifique lors d'une séance encadrée.

Entraînement libre, lors d'un créneau réservé mais non encadré : les adhérents doivent respecter le règlement intérieur de la piscine.

Article 7 : Comportement - charte éthique

Chaque membre de l'Ultra Marin Club doit respecter les règles élémentaires de savoir-vivre et de savoir être en collectivité. L'adhésion à l'Ultra Marin Club suppose le respect de ses règles.

Les membres de l'Ultra Marin Club contribuent à véhiculer une bonne image de l'Ultra Marin Club et de l'Association Ultra Marin Raid du Golfe, par exemple en portant la tenue du club lors des entraînements et compétitions. Ils participent en tant que bénévole, aux différentes épreuves organisées par l'Ultra Marin Raid du Golfe, association porteuse du Club, dans la mesure de leurs possibilités. Plus globalement, ils contribuent au développement de l'Ultra Marin Club, de son esprit sportif et de convivialité et de ses projets. Lors d'une inscription pour une course, l'athlète s'inscrit sous les couleurs du Club.

Toute personne dont le comportement ou les propos seraient non conformes avec l'éthique du club pourra être radiée. Elle sera entendue par le Conseil d'Administration du Club, et des sanctions pouvant aller jusqu'à l'exclusion seront prononcées par le Conseil d'Administration, signifiées par lettre recommandée avec AR stipulant les motifs de la radiation et ne donnera droit à aucune indemnisation.

Sont considérés comme motifs d'exclusion possible, toute rixe, insulte, comportement agressif, incivilité et a fortiori tout acte pénalement sanctionnable ; Il en est de même de tout comportement raciste ou sexiste.

Les membres s'engagent particulièrement à :

- Ne pas nuire ou porter préjudice, directement ou indirectement, aux activités de l'Ultra Marin CLUB, sa réputation, à ses intérêts moraux et matériels, ainsi que pour l'Ultra Marin Raid du Golfe.
- Respecter les personnes, le matériel et l'environnement (bruit, déchets....)
- Respecter les riverains et autres utilisateurs des sites d'entraînement
- Respecter les arrêtés municipaux -notamment pour l'utilisation des bâtons concernant le port des embouts dans les zones qui le demandent : les utilisateurs devront systématiquement être en possession d'embouts lors de toute sortie ou entraînement ; arrêt de l'utilisation des bâtons à proximité immédiate des habitations ,veiller à garder la pointe des bâtons dirigée vers le bas (courses, pauses..)
- Respecter le code de la route et les règles de sécurité générales propres à chaque discipline (circulation des groupes sur le bord des routes, consignes des coachs,,)

- Respecter les lois en général et particulièrement concernant le dopage, la consommation de stupéfiants, d'alcool et les comportements pouvant mettre en danger les autres adhérents
- Porter assistance à toute personne en danger

Lors d'évènements sportifs, s'inscrire sous et porter les couleurs de l'Ultra Marin Club, respecter les règles de l'organisateur, faire preuve de fair-play.

Article 8 : Adhésion, Licences et assurances

Pour participer aux activités de l'Ultra Marin Club, il faut adhérer à l'association et payer une cotisation annuelle valable du 1er septembre au 31 août de l'année suivante.

8.1 Inscription

Le délai pour le renouvellement d'une licence est de 1 mois après le début de la saison. Les nouvelles inscriptions ou le renouvellement des licences seront effectués personnellement par les athlètes. Les formalités annuelles d'inscription se feront en ligne (pour 2023, sur la plateforme YAPLA) via le lien transmis par mail. Chaque dossier d'inscription sera validé sous conditions qu'il soit conforme au règlement intérieur en vigueur, les cas particuliers seront étudiés au cas par cas.

Documents à fournir nouvelle Adhésion :

- Un certificat médical de non contre-indication à la pratique de l'athlétisme ou du sport en compétition (datant de moins de 6 mois),
- Demande de licence FFA téléchargeable sur le site du club www.ultramarinclub.org
- Justificatif d'état civil (préconisé par la FFA)

Documents à fournir renouvellement Licence Trail

- Certificat médical (ou validation questionnaire médical si certificat plus de trois ans)
- La demande de renouvellement de licence téléchargeable sur le site de l'Ultra Marin Club : www.ultramarinclub.org

Document à fournir Marche Nordique :

- Certificat médical moins de 6 mois avec la mention Marche Nordique en Compétition

Documents à fournir Licence FFtri (première licence ou renouvellement).

- Demande de licence signée à télécharger sur le site FFtri
- Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique du SwimRun ou du sport en compétition datant de moins de 6 mois (Si Certificat Médical en cours > 3 ans)

La licence FFtri est obligatoire pour la pratique du SwimRun. La licence compétition donne directement accès aux compétitions, la licence Loisir impose de prendre un PAss compétition propre à chaque épreuve. Une licence Pass Club gratuite permet un essai durant une période d'un mois.

8.2 Certificat médical

Le certificat médical doit comporter la mention « non-contre-indication à la pratique du sport en compétition » (datant de moins de 6 mois) devra être fourni par l'athlète dont le certificat médical date de plus de trois ans.

Extrait des Conditions Générales FFA : « Les personnes majeures qui demandent un licence, à l'exclusion des Non-pratiquants (Licence Athlé Encadrement) doivent produire un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du sport en compétition ou de l'athlétisme en compétition pour les licences athlé compétition et athlé running ».r

Une licence compétition sert uniquement pour les épreuves et compétitions organisées par la FFA (exemple : championnat de France, de Bretagne)

8.3 Cotisation annuelle

Le montant de la cotisation annuelle est fixé par le comité directeur pour chaque saison. La cotisation annuelle englobe le montant de la licence reversé à la FFA ou à la FFTri et la cotisation interne nécessaire au fonctionnement du club. La saison débute le 1er septembre et prend fin le 31 août de l'année suivante. Le montant de la cotisation est unique quel que soit le moment d'inscription.

Toute cotisation versée au club est définitivement acquise, aucun remboursement de cotisation ne pouvant être exigé en cas de démission ou d'exclusion en cours d'année, ou d'évènements extérieurs indépendant de la volonté du Club.

8.4 Fichiers informatiques et droit à l'image

Les fichiers informatiques du club seront réservés à un usage interne. Ils ne seront en aucun cas transmis à des fins publicitaires.

Des photos individuelles ou de groupes sont nécessaires à la vie du club : presse locale, bulletin interne, calendrier, site internet. Ces images ne seront pas utilisées à des fins commerciales.

En adhérant au club, les athlètes et les parents d'athlètes accepteront cette clause particulière du règlement, sauf s'ils mentionnent expressément leur désaccord sur le bulletin d'inscription.

Article 9 : Ressources / Budget

L'Ultra Marin CLUB dispose de son propre budget de fonctionnement. Celui-ci est intégré dans la comptabilité générale de l'Association L'Ultra Marin Raid du Golfe.

Le trésorier de l'Ultra Marin CLUB doit rendre des comptes réguliers et au moins une fois par trimestre, à la trésorière de l'Association L'Ultra Marin Raid du Golfe.

Pour les engagements financiers supérieurs au seuil de 2 000€, la présidente de l'Ultra Marin CLUB devra demander l'accord du Conseil d'Administration de l'Association L'Ultra Marin Raid du Golfe.

Les dépenses de l'Ultra Marin CLUB comprennent toutes les charges liées à son fonctionnement et à la réalisation des projets assignés par son bureau, dans le cadre du budget prévisionnel. Le Club participe à hauteur de 70% des frais de transport. Pour une discipline donnée, le montant ne pourra pas dépasser les 2/3 du montant total consacré aux sorties. Ce montant global figure au budget prévisionnel validé par le CA dans le budget prévisionnel. Les sorties sont validées par le CA du Club mi-octobre.

Les membres de l'Ultra Marin CLUB et responsables (réfèrent) ont droit au remboursement des frais de déplacement et d'hébergement pour toutes les missions validées par son CA.

Le budget est unique, commun aux 3 disciplines. Dans ce cadre, L'Ultra Marin CLUB participe financièrement aux sorties organisées sur la base des projets définis en début d'année et figurant au budget prévisionnel validé par le CA.

Les recettes sont :

- Cotisation statutaire (adhésion à l'Association L'Ultra Marin Raid du Golfe) d'un montant de 1 € par an
- Cotisation d'adhésion à l'Ultra Marin CLUB, des membres pratiquant une des disciplines
- Dons, subventions
- Tout autres recettes liées à l'activité de chaque discipline
- Partenariat

En cas d'évènements indépendants du club les cotisations ne seront pas remboursées. Dans le cadre de la responsabilité de l'association L'Ultra Marin Raid du Golfe, les contrats engageants l'Ultra Marin CLUB pourront être négociés par le Club et validés par son CA, sous réserve d'être prévus au Budget prévisionnel, et de ne pas dépasser pas le seuil de 2000€.

Article 10 : Matériel

L'Ultra Marin CLUB met à la disposition de ses entraîneurs et de ses adhérents un matériel spécifique. L'achat de ce matériel est financé par le budget du Club et en est sa propriété. La liste du matériel et les modalités d'emprunt est disponible sur le site.

- Un inventaire est réalisé chaque année à la fin de la saison.
- Les membres utilisent ledit matériel à bon escient et chaque membre s'engage à respecter les consignes d'utilisation données par les entraîneurs et à le restituer à la fin de chaque séance, en bon état.
- Ce matériel est stocké dans les locaux mis à la disposition du Club.
- Une clef sera remise à un responsable de chaque discipline et à la présidente.

Article 11 : Communication

Un site propre à l'Ultra Marin Club est mis à la disposition du CA, des coachs et athlètes pour communiquer. Il fera l'objet d'une refonte au premier semestre 2023, en lien avec les attentes des adhérents, des coachs, du CA.

Règlement intérieur approuvé par le CA de l'Ultra Marin Club, le 8 mars 2023, et présenté au CA de l'Ultra Marin Raid du Golfe le 16 mars 2023.

Lu et approuvé le :

Signature de l'adhérent