

RÈGLEMENT INTÉRIEUR DU CHAMONIX-MONT-BLANC MARATHON

1- DÉFINITION

Le club est régi d'une part par les statuts et d'autre part par le règlement intérieur défini ci-dessous.

Ce règlement a été élaboré pour assurer la bonne marche du club. Il doit aider les membres du comité directeurs, les entraîneurs et les adhérents dans leurs rôles respectifs.

2- MODALITÉS D'INSCRIPTION / COTISATION

2.1 – INSCRIPTION

Les nouvelles inscriptions pourront intervenir à tout moment de l'année ou au forum des sports.

Le renouvellement des licences seront effectués par les adhérents ou, pour les adhérents mineurs, par les parents pendant la période indiquée par le comité directeur par mail.

Les formalités annuelles d'inscription auront lieu lors du forum des sports de Chamonix début septembre ou à l'issue des entraînements.

L'inscription au CMBM est effective dès lors que les documents suivants seront remis à l'encadrement du club :

- le bulletin d'inscription signé ; la signature du bulletin intérieur vaut acceptation du des statuts et du présent règlement intérieur. Les adhérents ont la possibilité de consulter la dernière version mise à jour sur le site internet du club ;

- pour les adhérents mineurs, l'autorisation parentale signée des parents ;

- le certificat médical de non contre indication à la pratique de l'athlétisme en compétition (voir règlement FFA) ;

- le règlement de la cotisation annuelle.

Une licence FFA est délivrée à tout adhérent coureur. Elle est envoyée directement par la FFA par courriel à l'adresse indiquée sur le bulletin.

2.2 – COTISATION ANNUELLE

La cotisation annuelle englobe le montant de la licence reversée à la FFA et aux comités et ligues départementaux et régionaux ainsi que la cotisation nécessaire au fonctionnement du club. La saison débute le 1er septembre pour se terminer le 31 août de l'année suivante.

Les montants des cotisations annuelles sont fixés, pour chaque catégorie d'âge et de licence, par le comité directeur.

A la demande des adhérents, l'encaissement de la cotisation peut être échelonné sur trois mois.

2.3 – MUTATION – CAS PARTICULIERS

2.3.1 - Mutation pendant la période « normale » (avant le 31/10) :

Le comité directeur du CMBM prend en charge les frais de mutation pour les adhérents désirant une mutation de leur licence FFA « compétition » depuis leur club d'origine vers le CMBM.

2.3.2 - Mutation exceptionnelle (après le 31/10) :

Le comité directeur du CMBM ne prend pas en charge les frais liés à une mutation d'une licence FFA « compétition » après le 31/10. Dans le cas où un adhérent souhaite cette mutation, il lui appartient de prendre à sa charge ces frais.

Rappel : les mutations concernant les licences « Running » sont autorisées toute l'année car elles n'engagent aucun frais pour le club ou l'adhérent.

2.3.3 – Cas particuliers

- Cas d'un adhérent ayant déjà souscrit une licence FFA pour l'année en cours dans un autre club et souhaitant s'entraîner au CMBM cette saison :

Sous réserve de cotiser à la part club, cet adhérent peut suivre les entraînements et compétitions du club pour une saison uniquement. L'adhérent doit prendre sa licence FFA au CMBM l'année suivante s'il souhaite renouveler son adhésion au sein du club.

- Cas d'un sympathisant de l'année N-1 souhaitant devenir coureur l'année N :

- si le coureur dispose du maillot du club, il peut redevenir coureur en s'acquittant d'une cotisation en renouvellement ;

- si le coureur ne dispose pas du maillot du club, il s'inscrit dans les mêmes conditions qu'une 1ère adhésion.

NE SONT ACCEPTES AUX COMPETITIONS ET AUX ENTRAÎNEMENTS QUE LES ADHÉRENTS EFFECTIVEMENT INSCRITS ET LICENCIÉS A LA FFA (excepté lors des 2 séances d'essai indiquées sur le bulletin annuel d'inscription.)

3- ASSURANCE

La licence fédérale comprend une assurance « Responsabilité Civile » et une garantie de base « accident corporel » qui couvre l'adhérent dans le cadre des activités du club.

Le contenu détaillé de cette assurance est consultable sur le site de la FFA suivant : <http://www.athle.fr/asp.net/main.html/html.aspx?htmlid=2907>

Les adhérents ont la possibilité de souscrire en option à une garantie « accident corporel » renforcée (2 niveaux d'assurance proposés) en se rendant sur le lien ci-dessus.

Les adhérents sont responsables de leurs effets personnels et le club ne peut être tenu responsable en cas de vols survenus pendant l'entraînement ou les compétitions.

Toute blessure ou incident devra être déclaré auprès de l'encadrement pendant la séance d'entraînement.

4- HORAIRES ET LIEUX D'ENTRAÎNEMENT

4.1 HORAIRES D'ENTRAÎNEMENT

Les jours et horaires d'entraînements sont fixés par les entraîneurs et le comité directeur. Les adhérents peuvent les consulter directement sur le site internet du club (<http://www.cmbm.asso.fr/prochains-entraînements>).

Les horaires des compétitions sont précisées par les entraîneurs lors des entraînements ou par mail.

Les activités sont suspendues pendant les vacances scolaires de Noël pour les deux sections (adultes et jeunes)

Un allègement des activités sportives pour la section « jeunes » peut également être décidé pendant les périodes de vacances scolaires.

4.2 LIEUX D'ENTRAÎNEMENT

Les entraînements ont lieu, le plus souvent, dans la vallée de Chamonix.

Néanmoins, en fonction des conditions météorologiques (neige, glace...) notamment en période hivernale ou compte tenu de l'intérêt et la diversité que peuvent représenter certains sites, certains entraînements peuvent également avoir lieu dans certaines communes de la vallée de l'Arve.

5- RESPECT – POLITESSE – ASSIDUITÉ

Le respect d'autrui et la politesse sont une nécessité absolue de la vie en communauté.

Tous les licenciés se doivent d'adopter un comportement correct.

Ainsi sont rigoureusement proscrites toutes manifestations qui conduisent à des actes d'incivilité détériorant les relations de vie commune et les lieux de pratique sportive (violences, vols, etc...).

En ce sens des sanctions pouvant aller jusqu'à l'exclusion définitive de l'adhérent du «Club» pourraient être prises en cas de non-respect de ces règles.

L'adhérent devra ainsi :

- respecter les consignes édictées par les membres du comité directeur et les entraîneurs lors des entraînements et des compétitions lorsque celles-ci ne sont pas contraires à sa sécurité ou à sa santé ;
- respecter ses adversaires ;
- respecter les officiels (juges et bénévoles) lors des compétitions.

Il est demandé aux adhérents d'être assidus aux séances d'entraînement prévus par les entraîneurs. Les adhérents s'engagent à participer à toute action de prévention et de lutte contre le dopage et à se soumettre à tout contrôle anti-dopage organisé dans le cadre d'une compétition.

6- COMPORTEMENTS ET SANCTIONS

Tout manquement au présent règlement peut entraîner des sanctions de non-engagement aux compétitions, puis l'exclusion temporaire ou définitive est envisagée suivant la gravité des faits par le comité directeur.

Après avertissement de l'adhérent indiscipliné, s'il n'y a pas de changement de comportement, le comité directeur avertit le licencié ou ses parents s'il est mineur de l'exclusion provisoire de l'adhérent des séances d'entraînement.

En cas de récidive le licencié est exclu par le comité directeur.

Tout acte de vandalisme ou de vol sera sanctionné d'un renvoi définitif et du remboursement des frais occasionnés.

Tout acte de mauvaise tenue morale ou physique engageant la réputation du club ainsi que tout contrôle positif au dopage entraîne le renvoi.

7- ENTRAÎNEMENTS / GROUPES

L'entraînement proposé pour chacun des groupes permet normalement à tout à chacun de le suivre en fonction de ses capacités propres. En cas de difficulté pour suivre la séance, l'adhérent doit se rapprocher de son entraîneur. Plusieurs groupes existent afin de répondre au mieux aux besoins et à la demande de chacun.

Une séance d'entraînement est articulée de manière cohérente. Elle constitue un ensemble allant de l'échauffement à la récupération, chaque adhérent devant participer à celui-ci suivant le programme établi par les entraîneurs.

Seuls les entraîneurs sont habilités à définir l'orientation des types d'entraînements à effectuer.

Le club est composé de 3 sections : une section « adultes », une section « jeunes » et une section « sympathisants »

- **La section « adulte » est composée de trois groupes :**

a- groupe « performance » :

Destiné aux coureurs ayant déjà une expérience d'entraînement, pour structurer leur préparation et optimiser leur performance sur des objectifs « course » fixés par le coach (cross, 10km, semi-marathon, course de montagne et/ou trail court).

Les séances encadrées du groupe « performance » (2/semaine) font parties d'un plan d'entraînement comprenant au total 4 séances/semaine.

Le plan d'entraînement est établi pour une période donnée et un objectif course donné (certaines courses pouvant nécessiter une licence « compétition »).

Les coureurs s'engagent à suivre le plan d'entraînement et les séances encadrées, et à participer à l'objectif course choisi. En cas d'absence à un entraînement encadré, les coureurs doivent prévenir le coach et s'assurer de pouvoir effectuer la séance de leur côté. En cas de problème dans le suivi du plan d'entraînement sur les séances non-encadrées, les coureurs en tiennent informés les coaches.

Comme tout plan d'entraînement, il reste évolutif. Il doit être régulièrement consulté par les coureurs (en ligne sur la page « Entraînement » du site internet du CMBM) .

Dans toutes les situations (obligation familiale, professionnelle, santé, blessure...) réduisant la disponibilité des coureurs, il est faut en tenir informés les coaches. Au travers de la discussion qui s'engagera, et autant faire ce peu, le plan d'entraînement et les objectifs pourront être adaptés, suspendus ou annulés.

En cas d'annulation de participation d'un coureur à un objectif course dans les 48h précédents la course et sur lequel des frais ont été engagés par le CMBM, un remboursement de ces derniers pourra être demandé au coureur par le comité directeur. Les coaches se réservent le droit d'excuser les coureurs dans ce cas.

Les licenciés souhaitant intégrer la section « performance » le feront savoir à l'entraîneur en charge de cette section.

Bien que toutes les groupes adultes soient ouvertes à tous les licenciés adultes, l'entrée et la sortie au sein de la section « performance » se fera selon un rythme défini par l'entraîneur en fonction de l'objectif sportif défini et de chaque cycle d'entraînement (environ toutes les 6 semaines).

b- groupe « trail » :

Destiné aux coureurs désirant maintenir et /ou développer leurs qualités de course à pied en suivant un cycle global orienté trail, séances diversifiées sur terrains variés. Travail à différentes intensités. Pas de programmation spécifique mais des objectifs personnels à réaliser avec l'aide et les conseils du coach.

c- groupe « évason » : Destiné aux coureurs souhaitant s'initier et/ou progresser à la course à pied sur terrains variés, de manière ludique et diversifiée, sans cycle spécifique.

- **Section « jeunes » :**
Destiné aux coureurs âgés de 11 à 17 révolus qui désirent partager leur passion et à la fois développer leur technique de course à pied sur piste, en nature et en compétition.
- **Section « sympathisants » :**
Pour tous ceux qui veulent partager et s'impliquer dans la vie du CMBM mais qui ne participent pas aux entraînements.

8- SECTION JEUNES

Les jeunes âgés de 11 à 17 ans sont confiés sous la responsabilité des entraîneurs lors des entraînements et des compétitions.

Les parents sont tenus de s'assurer que les entraîneurs sont bien présents aux séances.

Les enfants doivent être récupérés par les parents dès la fin de l'entraînement ou avoir une autorisation parentale pour les autoriser à quitter le lieu de l'entraînement. Les entraîneurs ne sont plus responsables des enfants après l'heure de fin d'entraînement.

Concernant les stages ou les déplacements en compétition, ils sont confiés sous la responsabilité des entraîneurs ou d'une personne du club nommée responsable.

9- ÉQUIPEMENTS

Chaque adhérent n'est accepté aux entraînements qu'en tenue de sport adaptée à la pratique de la course à pieds. Le matériel requis est indiqué pour chaque entraînement sur le site internet du club.

Pour toutes les compétitions proposées par le club, le port du maillot du club est obligatoire.

Un maillot du club est fourni lors de la première inscription.

Les adhérents sont invités à s'inscrire sous l'acronyme « CMBM » aux compétitions sportives auxquelles ils participent.

10- CALENDRIER DES ENTRAÎNEMENTS ET COMPÉTITIONS

Le calendrier des entraînements et des compétitions est établi par les entraîneurs et validé par les dirigeants lors des réunions du comité directeur.

Sa diffusion est réalisée lors des entraînements en début de période hivernale et estivale et sur le site internet du club.

Avant chaque compétition inscrite au calendrier du club, une information précisant : date, lieu, horaire, moyen de déplacement, est diffusée lors des entraînements et sur le site internet.

11- ACTIVITÉS ET SORTIES CLUB

Le club est amené à proposer à ses adhérents des activités et sorties club ayant pour objectif principal la convivialité entre les adhérents. Dans ce cadre, le règlement préalable de tout ou partie des prestations (hébergement, restauration...) pourra être demandé aux adhérents.

En cas d'annulation de dernière minute (< 48h), le club se réserve le droit de conserver/réclamer le règlement des prestations pour lesquelles le club s'est engagée.

12- LE COMITE DIRECTEUR

Le comité directeur est chargé d'appliquer les orientations approuvées lors de l'assemblée générale et de veiller au bon fonctionnement de l'association. Il a les pouvoirs les plus étendus pour la gestion de celle-ci sur l'exercice en cours, en particulier :

- il définit les orientations de l'association qu'il soumet pour approbation à l'assemblée générale ;
- il organise la vie du club ;
- il alloue les ressources existantes aux différentes activités en cours ;
- il décide des moyens d'action de l'association ;
- il fixe le prix des adhésions ;
- il choisit les compétitions à disputer, décide des sorties organisées par le club ;
- il communique aux entraîneurs tout élément nécessaire à la gestion des entraînements et des compétitions ;
- il est à l'écoute des adhérents et, doit en cas de conflit ou de litige porté à sa connaissance, en débattre en séance afin de prendre une décision et la communiquée aux parties concernées.

- il modifie les statuts sous réserve de ratification par la prochaine assemblée générale ;
- Il crée et modifie le règlement intérieur.

De même, tout ce qui engage l'association au-delà des orientations approuvées par la dernière assemblée doit être débattu au sein du comité directeur pour arrêter la position de l'association.

Le comité directeur se réunit, en règle générale, mensuellement. Toutes les questions traitant de la vie du club ou celles posées par les adhérents sont traitées lors de ces réunions mensuelles.

13- LE BUREAU

C'est l'exécutif de l'association élu par le Comité Directeur, il est chargé des actes de gestion attribués à ses membres.

Rôle du Président :

- Il est chargé de représenter l'association tant vis-à-vis de ses membres qu'à l'extérieur.
- Il possède les pouvoirs les plus grands pour agir en toutes circonstances au nom et pour le compte de l'association.
- Il est libre de déléguer ses pouvoirs à un membre de l'association.
- Il possède un vote prépondérant en cas d'égalité parfaite.
- Il veille au bon déroulement des débats.

Rôle du secrétaire :

- Il est chargé de convoquer les réunions de tous les organes de l'association.
- Il est chargé de veiller au respect des procédures.
- Il est chargé de rédiger les compte-rendus de réunion.
- Il rend compte des actions du bureau au comité directeur.

Rôle du trésorier :

- Il veille au respect des règles comptables.
- Il est responsable de la bonne gestion financière de l'association.
- Il s'assure de la régularité des comptes.
- Il fournit le cas échéant au commissaire aux comptes toutes les données nécessaires au contrôle des comptes annuels.
- Il présente annuellement devant l'assemblée générale un rapport financier.

Le bureau peut également être amené à se réunir à tout moment en fonction des sujets et des urgences à traiter. Il peut être amené à proposer au comité directeur de se prononcer sur certaines orientations ou décisions.

14- LES ENTRAÎNEURS

Les entraîneurs prennent en charge un groupe pour une durée minimale d'une saison sportive pleine (de septembre à fin août).

Ils s'engagent à être assidus aux entraînements et, notamment pour les plus jeunes, à les suivre sur les compétitions. Ils promulguent des conseils aux adhérents et réalisent la planification des entraînements pour le groupe dont ils ont la charge.

Dans chaque section/groupe, les entraîneurs sont responsables et libres du contenu des séances d'entraînement et du planning des compétitions proposés aux adhérents dont ils ont la charge.

Il font remonter au comité directeur tout problème ou questions soulevés par les adhérents dans le cadre des entraînements et compétitions.

15- FRAIS DE DÉPLACEMENTS

Après accord du comité directeur, seuls les frais engagés au nom et pour le compte du club et les déplacements figurant au calendrier du club, sont susceptibles d'ouvrir droit à une prise en charge ou à une indemnisation par le club.

Cette prise en charge n'est pas systématique et fait l'objet d'une décision préalable du comité directeur puis d'une information aux personnes concernées.

La valeur du remboursement kilométrique est fixée par le comité directeur qui le réactualise au besoin. Pour mémoire, au 1^{er} janvier 2017, le montant est fixé à 0,40 €/kilomètre. Chaque personne (coach ou adhérent) engageant des frais de déplacement sur demande du club pourra demander à être indemnisé sur cette base kilométrique et sous réserve de renseigner un état justificatif (à demander aux dirigeants du club).

Cependant, tout cas exceptionnel peut faire l'objet d'une étude spécifique par le comité directeur.

16- TRAIL DES AIGUILLES ROUGES ET RELAIS NOCTURNE

Le club est l'organisateur de plusieurs événements dont le Trail des Aiguilles Rouges (TAR) et le Relais nocturne. Dans le cadre de l'organisation de ces deux événements sportifs, un comité d'organisation spécifique est créé.

Pour le TAR, il est dirigé par un membre du comité directeur.

Pour le relais nocturne, il est dirigé par un adhérent, de préférence membre du comité directeur.

Les adhérents du CMBM sont vivement encouragés à s'associer aux actions de bénévoles mises en place par le club notamment pour ce qui concerne le TAR car ce dernier constitue une ressource financière indispensable dans le fonctionnement du club.

D'autres actions de bénévoles peuvent être mises en place en vue d'organisation d'autres événements auxquels est associé le CMBM (Ultra Trail du Mont-Blanc, Marathon du Mont-Blanc...). Les adhérents seront informés des modalités de participation à ces événements au cours de l'année sportive.

17- COMMUNICATION, DIFFUSION ET DROIT A L'IMAGE

Par son adhésion au club, l'adhérent accepte (sauf refus explicite) de faire partie des supports de communication utilisés par le club : site internet, base de données interne, page Facebook.

L'adhérent donne son accord au club pour la diffusion de son image et de ses résultats sur les supports de communication utilisée par le CMBM (site internet, page Facebook, courriels).

La diffusion de son nom, prénom et courriel sera réalisée dans le strict cadre des activités du club, l'association ne pouvant être tenue responsable d'éventuelle fuite de données.

Page Facebook :

Seuls les membres à jour de leur cotisation annuelle peuvent avoir un accès à la page Facebook du club.

La page Facebook du CMBM est un espace ouvert à tous et à toutes les opinions.

D'esprit convivial, cette page Facebook a pour objet :

- d'encourager et de faciliter la communication des adhérents entre eux notamment pour co-voiturer et organiser des sorties entre eux ;
- de transmettre un certain nombre d'informations liés à la vie du club.

Les commentaires postés sur la page peuvent être lus par l'ensemble de la communauté.

Le savoir-vivre et la politesse sont donc de rigueur. Les administrateurs se réservent un droit de modération (et de suppression sans préavis) concernant les posts qui paraîtraient inappropriés ou offensants.

Afin de limiter ce travail de modération, les adhérents doivent respecter les règles suivantes :

- s'exprimer avec politesse et courtoisie dans le respect des autres et de leur opinion ;
- éviter les discussions hors sujet ou à caractère privé ;
- respecter la vie privée d'autrui : Il est interdit de publier le numéro de téléphone, l'adresse mail ou postale d'autrui. Il en va de même pour toutes informations ayant trait à la vie privée d'un membre du CMBM ;
- observer la loi : Les activités illégales sous toutes leurs formes, notamment la copie ou la distribution non autorisée de logiciels, de photos et d'images, le harcèlement, la fraude, les trafics prohibés, la diffamation, la discrimination raciale, l'incitation à la violence ou à la haine sont interdites sur ce site. De la même manière, la publicité commerciale, la diffamation, l'injure, les propos obscènes, les propos

politiques, racistes ou xénophobes, la pornographie, la pédophilie, le révisionnisme et le négationnisme sont également interdits.

Toute personne ne respectant pas ces règles de bonne conduite pourra faire l'objet de sanction allant de l'exclusion de la page Facebook au renvoi pur et simple du club.

18- AUTRES CAS

Tout cas non prévu à ce règlement est soumis à l'avis du comité directeur.

19- MODIFICATION DU RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Le présent règlement intérieur peut faire l'objet de modifications sur demande du comité directeur puis après approbation en Assemblée Générale.

20 - APPROBATION DU RÈGLEMENT INTÉRIEUR

Le présent règlement intérieur du Chamonix-Mont-Blanc Marathon a été approuvé par l'Assemblée Générale du 19 mai 2017.

Le Président, Federico Gilardi

Le Secrétaire, Léo Gomez

CHAMONIX MONT-BLANC MARATHON

36 avenue du Savoy

74400 CHAMONIX

Association loi 1901 inscrite au J.O. du 13/12/1980

Club FFA n° 074057

Mail : clubcmbm@gmail.com - www.cmbm.asso.fr

