

**FAIRE PARTIE D'UN CLUB SPORTIF C'EST S'ENGAGER AU MINIMUM POUR TOUTE UNE SAISON**

**LA SAISON D'ATHLETISME COMMENCE LE 1<sup>ER</sup> SEPTEMBRE ET SE TERMINE LE 31 AOUT**

**L'EST CHARENTE ATHLETIQUE N'EST PAS UNE GARDERIE  
C'EST UN CLUB SPORTIF**

à visée compétitive  
avec le but de former des athlètes  
et les amener à **leur** plus haut niveau.

Tous ne deviendront pas des champions mais tous peuvent à tout moment  
battre leurs records personnels et ça c'est déjà une grande victoire .

Progresser c'est faire mieux aujourd'hui qu'hier et demain sera meilleur qu'aujourd'hui !  
mais cela ne se fait pas sans **efforts**, sans **assiduité**, sans **participations aux rencontres**,  
sans accepter de perdre, de gagner avec humilité  
N'écoutez pas ceux qui vous disent « faites du sport sans effort », c'est tout simplement stupide !  
Le sport= c'est faire des efforts : pour apprendre, pour comprendre, pour réaliser, pour réussir !  
Il n'y a aucune honte à ne pas savoir faire, la honte elle est pour ceux qui se moquent !  
**Le but de tout vrai sportif c'est de se surpasser, ça ne se fait pas sans travailler.**

Les entraîneurs de l'ECA sont tous diplômés ET bénévoles.

Ils payent leur licence, ils donnent de leur temps,

Ils ne sont pas payés pour encadrer les athlètes

**Le prix de la licence n'est pas une rémunération**

c'est une adhésion à la fédération pour avoir le droit de faire du sport

**Les cours ne sont pas payants**

La récompense des encadrants ce sont les progrès de leurs athlètes  
**et leur implication dans la vie du club ainsi que celle de leurs parents.**

Chaque club est classé sur le plan départemental, régional et national

Chaque licencié peut apporter des points et c'est le total de tous les points qui fait le classement

**éveils** :4points possibles =4 participations aux compétitions

**poussins** :6points possibles=6 participations aux compétitions

**benjamins** ce sont les performances réalisées en triathlon

(1course+1saut+1lancer) qui comptent

**minimes** :ce sont les triathlons qui comptent

mais avec plusieurs possibilités

\*1course+1saut+1lancer

\*1 course +2 sauts ou 1course+2lancers

\*1course de fond+1course vitesse ou haies+1concours

**de cadets à masters** : toute performance est classante (stade,salle,cross,route,trail)

**à condition que la compétition soit officielle ou labellisée**

mais il en faut au moins 2 pour marquer des points

**Dirigeants/entraîneurs/officiels :**

Eux aussi marquent des points selon leur niveau de qualification ,dès lors qu'ils sont diplômés

Les jeunes peuvent eux aussi devenir « jeunes juges »

puis deviendront juges assistants et peut-être un jour officiels

Les parents peuvent aussi s'impliquer dans le club, il y a de la place pour tous !

L'ECA est un petit club mais qui a emmené des athlètes à **leur** plus haut niveau  
et plusieurs finalistes ou titres de champions de France (hauteur/disque/steeple/sprint/poids/cross/route)

Et si un jour l'athlète est amené à quitter le club pour une raison ou une autre,  
**il ne doit pas le faire sans dire au revoir aux entraîneurs et merci pour les heures passées à lui apprendre à**  
**« courir, sauter, lancer, marcher, juger » et à l'encourager.**

**BIENVENUE à l'ECA**