

Valeurs fondamentales : Respect-Partage-Solidarité

En tant qu'athlète de Delémont Athlétisme, je m'engage à :

- ❶ respecter mes entraîneuses et entraîneurs, être poli(e) avec eux et accepter leurs consignes et leurs décisions.
- ❷ respecter, encourager et soutenir mes camarades, tout en acceptant leurs différences et leurs propres limites.
- ❸ respecter mes adversaires, ainsi que les arbitres ou les juges.
- ❹ me respecter et donc accepter les limites de mon corps en considérant que ma santé et mon bien-être constituent des priorités absolues situées au-delà de la performance et de la victoire sportive.
- ❺ arriver à l'heure aux leçons, aux entraînements ou aux compétitions. En cas d'absence à un rendez-vous ou à entraînement prévu dans le cadre du club, informer mes moniteurs(trices).
- ❻ prendre soin du matériel et aider les entraîneuses et entraîneurs à le mettre en place et le ranger lors des leçons.
- ❼ durant tous les temps partagés dans le cadre du club, garder au maximum mon calme et mon sang-froid et avoir un comportement exemplaire.
- ❽ tout en tentant d'obtenir la victoire, accepter la victoire tout comme la défaite en étant satisfait de l'effort accompli.
- ❾ celles-ci étant défavorable à la pratique sportive, éviter la consommation de boissons énergisantes.

En prolongement des différents points de cette charte, je m'engage à respecter les principes du programme cool and clean dont fait partie de Delémont Athlétisme et qui sont les suivants:

1. **Je veux atteindre mes objectifs.**
2. **Je me comporte avec fair-play.**
3. **Je réussis sans dopage.**
4. **Je renonce au tabac, à l'alcool et au cannabis. (moins de 16 ans)**
Je renonce au tabac, au cannabis et, si je bois de l'alcool, je le fais toujours de manière responsable. (16 ans et plus)
5. **Je respecte la charte de Delémont Athlétisme.**

Valeurs fondamentales : Respect-Partage-Solidarité

En tant qu'entraîneuse et entraîneur de Delémont Athlétisme, je m'engage à :

- ❶ être un modèle pour les athlètes et donc adopter un comportement exemplaire, courtois, franc et honnête.
- ❷ accepter les limites de chaque athlète sur le terrain de sport et adapter les entraînements en conséquence.
- ❸ considérer la santé, le bien-être et l'épanouissement des jeunes comme des priorités absolues situées au-delà de la performance et de la victoire sportive.
- ❹ inciter les athlètes à respecter les règlements et les règles de jeu.
- ❺ respecter les adversaires, ainsi que les arbitres ou les juges et en exiger autant des athlètes.
- ❻ lors de situations conflictuelles, garder mon calme et assurer la sécurité des athlètes.
- ❼ tout en motivant les athlètes à faire du mieux possible, accepter la victoire tout comme la défaite tout en étant satisfait de l'effort accompli par ceux-ci.
- ❽ sensibiliser les jeunes à la question des boissons énergisantes.

En prolongement des différents points de cette charte, je favorise la mise en application par les athlètes des principes du programme cool and clean dont fait partie Delémont Athlétisme et qui sont les suivants:

1. Je veux atteindre mes objectifs.
2. Je me comporte avec fair-play.
3. Je réussis sans dopage.
4. Je renonce au tabac, à l'alcool et au cannabis. (moins de 16 ans)
Je renonce au tabac, au cannabis et, si je bois de l'alcool, je le fais toujours de manière responsable. (16 ans et plus)
5. Je respecte la charte de Delémont Athlétisme.