

RÈGLEMENT 2017 CETTARAMES

➤ Pour tous les adhérents

- Le Site internet du club est l'unique source d'information. Il est conseillé de s'y abonner pour recevoir les notifications, rechercher sur internet : cettarames.fr ;
- Les jours fériés et lorsqu'il y a des alertes météo (orange), pas de sortie des barques ;
- Le samedi et le dimanche sont réservés à la réparation, à la location (cf. convention) ;
- La cotisation est de 110€ pour les rameurs catégorie Loisir et Compétition, de 60€ pour les barreurs (assurer 2h minimum) ;
- Roulement pour laver l'intérieur des barques :
 - Les rameurs du lundi : tous les lundis du mois d'Octobre et de Mars
 - Les rameurs du mardi : tous les mardis du mois de Novembre et d'Avril
 - Les rameurs du mercredi : tous les mercredis du mois de Décembre et de Mai
 - Les rameurs du jeudi : tous les jeudis du mois de Janvier et de Juin
 - Les rameurs du vendredi : tous les vendredis du mois de Février et de Juillet
- Les membres du club seront sollicités pour l'entretien des barques en Février et en Août, ainsi que pour d'autres occasions via le site ;
- Une tenue correcte est exigée sur les barques ;
- Les enfants et les animaux sont interdits sur les barques ;
- Les propos injurieux ainsi que le prosélytisme religieux ou politique ne sont pas admis sur les barques.

➤ Pour les rameurs loisirs

- 1h de rame par semaine du lundi au vendredi (l'heure et le jour de rame sont définies le jour de l'inscription) ;
- La salle de musculation est accessible en présence et sous la responsabilité du barreur.

➤ Pour les rameurs compétitions

- Le **Mardi** est le jour d'entraînement de 19h à 20h ou de 20h à 21h plus éventuellement un autre créneau, possibilité le samedi et le dimanche matin en salle de musculation ;
- La salle de musculation qui se situe au local est à la disposition des rameurs de compétition toute la semaine ;
- La commission sportive et les barreurs organiseront les équipages ;
- Déplacement : le club prend en charge le repas du dernier tour du championnat et celui de la coupe de France ; si un déplacement est plus loin que Marseille une participation à hauteur de 20€ par rameur pour l'hébergement sera proposée par le club ;
- Une tenue obligatoire, définie au préalable, est exigée lors des rencontres.