



ATHLÉTISME  
RIVE-SUD

# Guide des parents / des membres



# Table des matières

<b>1. Introduction.....</b>	<b>3</b>
a. Objectif du guide.....	3
b. Mission du club, valeurs et les engagements d'ARS.....	3
<b>2. Fonctionnement du club - Structures, programmes et responsables dans le club.....</b>	<b>4</b>
a. Organigramme du club en 2025-26.....	4
b. Programmes du club ARS et étapes des programmes.....	5
i. Étape 1 a - Programme "Récréatif".....	5
ii. Étape 1 b - Programme "Camp de jour".....	6
iii. Étape 2 - Programme "Relève" et Programme "Compétitif".....	7
iv. Étape 4 - Programme Programme "Vétérans et adultes récréatif".....	8
c. L'affiliation annuelle obligatoire à Athlétisme Québec et au club.....	9
d. Réseau de de compétition et d'entraînement CIVIL vs SCOLAIRE.....	10
e. Les compétitions civiles pour les membres ARS (programme Relève / Compétitif).....	10
i. Modalités du club pour les inscriptions aux compétitions civiles.....	10
f. Fréquences des communications et méthodes de communications.....	11
g. Plateformes pour voir les résultats aux compétitions.....	12
h. Calendrier de compétitions civiles.....	12
i. Quoi connaître et ne pas oublier pour les compétitions civiles.....	12
j. Boutique en ligne, camisole du club et vêtements du club.....	12
<b>3. Les entraîneurs et intervenants sur le terrain.....</b>	<b>13</b>
a. Compétitif et Relève.....	13
b. Récréatif / camp de jour.....	13
<b>4. Le conseil d'administration.....</b>	<b>13</b>
a. Liste à jour des membres du Conseil d'Administration du club.....	13
b. Contacter un des membres du CA via le web du club.....	13
c. Reconnaissance implication des administrateurs.....	14
<b>5. Assemblée annuelle des membres du club.....</b>	<b>14</b>
<b>6. Les communications.....</b>	<b>14</b>
<b>7. Annulations des entraînements / cours.....</b>	<b>14</b>
<b>8. Remboursements.....</b>	<b>14</b>
<b>9. Bénévolat, officiels, moniteurs d'athlétisme.....</b>	<b>15</b>

# 1. Introduction

## a. Objectif du guide

Ce guide est un outil que vous pouvez consulter en tout temps afin de faciliter votre intégration dans le monde de l'athlétisme. Il vous permettra de mieux comprendre le fonctionnement du club ARS (tâches administratives, compréhension des processus, structures et règles dans le club et dans le monde de l'athlétisme au Québec. Vous y trouverez les informations concernant les compétitions, les étapes de progression pour les athlètes, la distinction entre le réseau scolaire et le réseau civil...et bien plus encore.

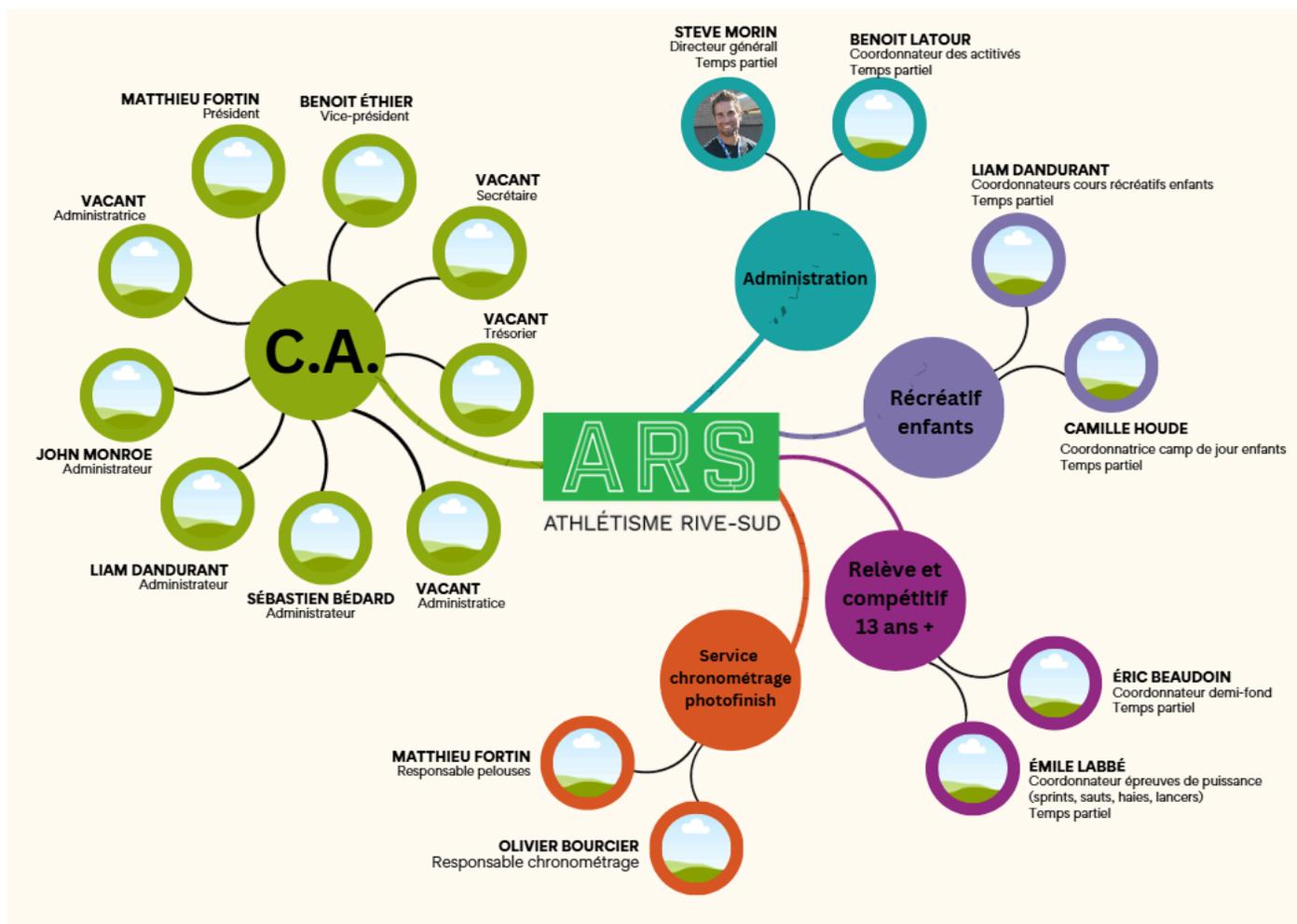
## b. Mission du club, valeurs et les engagements d'ARS

Fondée en 2010, la mission du club est de promouvoir la pratique de l'athlétisme et de la course à pied dans la région de la Rive-Sud, plus précisément à Longueuil. ARS est un organisme à but non lucratif dirigé par un conseil d'administration qui agit bénévolement.

Les valeurs que le club cherche à développer chez les athlètes du club sont les suivantes : la combativité, le dépassement de soi, la rigueur, l'autonomie, le respect, l'esprit d'équipe et le plaisir. L'athlétisme est une véritable école de la vie et les fondamentaux de plusieurs sports.

## 2. Fonctionnement du club - Structures, programmes et responsables dans le club

### a. Organigramme du club en 2025-26



## b. Programmes du club ARS et étapes des programmes

### i. **Étape 1 a** - Programme "Récréatif"

Pour les enfants 4 à 13 ans avec peu ou pas d'expérience en athlétisme et qui veulent connaître le sport et les disciplines. Ce programme débute pour les 4 à 8 ans (divisé en 2 groupes d'âges). ARS et ses intervenants suivent le programme Cours Saute Lance.

Ensuite, l'enfant progresse vers le programme développement récréatif pour les 9 à 13 ans. L'ensemble des épreuves d'athlétisme est présenté et développé. Aucun entraînement spécifique pour une seule épreuve. ARS souhaite suivre le modèle du DLTA (développement à long terme de l'athlète). Aucun entraînement spécifique à un groupe d'épreuve. Les jeunes touchent à toutes les disciplines (courir sprint avec ou sans haies, courir endurance, sauter et lancer).

Dans tous les cours de ce programme, voici ce qui est mis en priorité

- Un environnement d'apprentissage amusant et actif
- On vise l'amélioration individuelle et le renforcement positif
- Le développement des habiletés de la course, du saut et du lancer, au moyen de progressions séquentielles appropriées à l'âge et à l'amélioration du bien-être physique et émotionnel
- La sécurité et un enseignement certifié

<b>Session extérieure d'automne</b>	<b>Session intérieure d'hiver 1</b>	<b>Session intérieure d'hiver 2</b>	<b>Session extérieure du printemps</b>
<b>Inscriptions en Août</b>	<b>Inscriptions en Octobre</b>	<b>Inscriptions en décembre</b>	<b>Inscriptions en Mars</b>
<i>Les cours débutent à la fin du mois d'août</i>	<i>Les cours débutent au début du mois de novembre</i>	<i>Les cours débutent au début du mois de janvier</i>	<i>Les cours débutent à la fin du mois d'avril ou début mai</i>

INSCRIPTIONS POUR LE PROGRAMME RÉCRÉATIF : [www.athletisme-rive-sud.com/cours](http://www.athletisme-rive-sud.com/cours)

#### Frais pour ce programme

1. Affiliation annuelle récréative (*payé 1x par année*)
2. Cotisation non-résident de Longueuil (*payé 1x par session d'activité*)
3. Frais de la session d'activité (*à payer par session d'activité*)

**NOTE :** L'affiliation annuelle est obligatoire pour tous les programmes du club. Explications un peu plus bas dans la section "L'affiliation annuelle à Athlétisme Québec et au club."

Il est possible d'inscrire son enfant à des compétitions du circuit de compétition d'Athlétisme Québec. Référez-vous au coordonnateur du programme récréatif si vous avez des questions et souhaitez inscrire votre enfant à une compétition du circuit estival.

**ii. Étape 1 b - Programme “Camp de jour”**

Pour les enfants 4 à 12 ans avec peu ou pas d'expérience en athlétisme et qui veulent connaître le sport et les disciplines. Camp pour bouger et faire également d'autres activités que de l'athlétisme.

Ce programme est pour les enfants d'âge du primaire à partir de la maternelle. ARS et ses intervenants suivent le programme Cours Saute Lance pour les activités d'athlétisme. Tous nos moniteurs sont certifiés par le programme DAFA de camps de jours (<https://programmedafa.com/fr>). Les activités ont lieu durant l'été. Habituellement il y a 7 semaines de camp de jour. Chaque semaine est éligible à la production d'un relevé 24 pour frais de garde. Ce relevé 24 est envoyé par courriel vers la fin du mois de février. Le relevé 24 est protégé par mot de passe (pdf, le mot de passe est le NAS d'un parent).

De l'athlétisme est fait tous les jours (entre 3h et 5h par jour selon la météo ou la journée). Le reste du temps, des jeux collectifs et activités actives sont proposés et animés. Lors du service de garde, il y a des moments plus calmes de lecture, jeux de société, etc. On souhaite présenter le moins d'écrans possible aux enfants.

L'ensemble des épreuves d'athlétisme est présenté et développé. Aucun entraînement spécifique pour une seule épreuve. ARS souhaite suivre le modèle du DLTA (développement à long terme de l'athlète).

Tous les jours dans de ce programme, voici ce qui est valorisé:

- Plaisir
- Ouverture
- Respect
- Efforts

**Résidents de Longueuil**

Inscriptions à partir de la mi-mars environ

**Résidents d'autres municipalités**

Inscriptions à partir de la fin avril environ (après le salon des camps de Longueuil)

INSCRIPTIONS POUR LE PROGRAMME CAMP DE JOUR : [www.athletisme-rive-sud.com/camp](http://www.athletisme-rive-sud.com/camp)

**Frais pour ce programme**

1. Affiliation annuelle récréative (payé 1x par année)
2. Cotisation non-résident de Longueuil (payé 1x par semaine de camp)
3. Frais de la session d'activité (à payer par session d'activité)

*NOTE : L'affiliation annuelle est obligatoire pour tous les programmes du club, incluant le camp de jour. Explications un peu plus bas dans la section “L'affiliation annuelle à Athlétisme Québec et au club.”*

*iii.* **Étape 2 - Programme “Relève” et Programme “Compétitif”****11 à 15 ans : Programme Relève**

Ce groupe est la continuité du programme Récréatif pour enfants ou pour les nouveaux athlètes qui veulent faire de l'athlétisme sérieusement. De 1 à 3 entraînements sont offerts par semaine. Il est encouragé et souhaitable de participer à des compétitions du circuit d'athlétisme provincial. La plupart du temps, on attend que les jeunes soient rendus au secondaire pour les envoyer dans le programme Relève.

Les 11-13 ans peuvent participer aux compétitions des premières foulées Bruny Surin l'hiver et aux festivals d'athlétisme l'été. Voir avec l'entraîneur de l'athlète pour plus d'informations.

Les 14-15 ans peuvent participer aux compétitions civiles sanctionnées d'Athlétisme Québec. Un courriel est envoyé chaque mois pour inviter les membres à s'inscrire aux compétitions civiles sous les couleurs d'ARS. Consultez l'entraîneur de l'athlète pour voir à quelles compétitions et épreuves inscrire l'athlète.

**14 ans et + : Programme Compétitif**

Ce programme est la continuité du programme Relève pour les jeunes de 14 ans et + et/ou ceux ayant de l'expérience en athlétisme et qui sont capable de faire un entraînement de façon autonome, connaît la routine dans une compétition d'athlétisme, niveau de performance élevé. De 1 à 3 entraînements sont offerts par semaine.

C'est à partir de ce programme que les athlètes sont séparés pour s'entraîner par groupes d'épreuves avec des entraîneurs spécialisés dans ces groupes d'épreuves.

Groupe Demi-fond	/	Groupe Sprints / haies / sauts
Groupe Lancers	/	Groupe Saut à la perche

ARS et ses intervenants de ces 2 programmes (Relève et Compétitif) sont formés et tous affiliés à AQ (vérification des antécédents judiciaires de tous les intervenants du club). Les activités ont lieu durant l'été à Gérard-Filion à Longueuil (avril à août). Durant les autres mois de l'année, les entraînements ont lieu à différents endroits selon les groupes d'entraînements.

**Frais pour ces programmes Relève et Compétitif**

1. Affiliation annuelle (*payé 1x par année*)
2. Cotisation non-résident de Longueuil (*payé 1x par année*)
3. Frais d'entraînements (*à payer par session d'activité*)
4. Frais d'inscription aux compétitions (*selon la participation de chacun aux compétitions*)

**INSCRIPTIONS POUR AU PROGRAMME RELÈVE / COMPÉTITIF** : [www.athletisme-rive-sud.com/competitif](http://www.athletisme-rive-sud.com/competitif)

*NOTE : L'affiliation annuelle est obligatoire pour tous les programmes du club. Explications un peu plus bas dans la section "L'affiliation annuelle à Athlétisme Québec et au club".*

Note importante concernant l'inscription aux programmes Relève et Compétitif : Avant d'inscrire votre enfant dans le programme Relève ou Compétitif, il faut contacter le responsable de chaque groupe d'entraînements compétitif ou relève afin que son inscription soit acceptée et qu'il soit invité à joindre le groupe d'entraînement.

**Session  
extérieure  
d'automne**

**Inscriptions en  
août et sept**

*Les  
entraînements  
débutent à la fin  
du mois d'août  
ou début de  
septembre*

**Session  
intérieure  
d'hiver**

**Inscriptions en  
oct et nov**

*Les  
entraînements  
débutent au  
début du mois de  
novembre*

**Session  
extérieure  
du printemps**

**Inscriptions en  
mars et avril**

*Les entraînements  
débutent au début du  
mois de avril*

**Session  
extérieure  
de l'été**

**Inscriptions en mai  
et juin**

*Les cours débutent  
au mois de juin*

iv. **Étape 4 - Programme Programme "Vétérans et adultes récréatif"**

Pour les membres âgés de plus de 35 ans ou ceux adultes de moins de 35 ans qui commencent le sport. Nouveau programme depuis le printemps 2025. Pour le moment, offert seulement pour la saison extérieur (printemps, été, automne).

### c. L'affiliation annuelle obligatoire à Athlétisme Québec et au club

L'affiliation est le laissez-passer qui donne accès aux activités du club et d'Athlétisme Québec. L'affiliation annuelle est obligatoire dès qu'on s'inscrit à une activité du club et est valide du 1 janvier de l'année d'affiliation jusqu'au 31 décembre de la même année. Lorsqu'une affiliation est faite à l'automne, elle est valide jusqu'au 31 décembre de l'année suivante.

Un dossard annuel à conserver pour les compétitions civiles sera remis à un entraîneur (ou à une compétition) par le coordonnateur du groupe d'entraînement (ou par l'entraîneur du membre). Le tarif de l'affiliation est variable et selon les tarifs de la fédération d'athlétisme du Québec (plus frais de gestion Paypal et d'administration du club).

Ce dossard est remis à l'entraînement par l'entraîneur (ce dossard est envoyé au responsable qui en fait la distribution aux entraîneurs). Les dossards non-remis sont dans une enveloppe dans le conteneur de rangement du club à la piste extérieure.

Des frais de gestion et d'administration du club sont ajoutés pour les affiliations uniquement sans session d'activités ou d'entraînements (frais de gestion = inscriptions aux compétitions, communications, ressources humaines, achats, licences, etc.) Veuillez prendre note que le tarif du membership des membres du club correspond aux tarifs d'Athlétisme Québec + 15\$. Ce 15\$ ajouté est un frais de gestion du club pour que chaque membre contribue aux dépenses fixes annuelles du club.

#### Coûts d'affiliation et du membership annuel 2026 par catégorie (âge du membre le 31 décembre)

Récréatif 11 ans et moins : 38\$ (affiliation locale)	Benjamin 12-13 ans : 55\$ (affiliation régionale)
Cadet 14-15 ans : 95\$ (affiliation provinciale)	Juvenile 16-17 ans : 95\$ (affiliation provinciale)
Junior 18-19 ans : 120\$ (affiliation provinciale)	Senior 20-35 ans et Vétéran 36 ans et + : 120\$ (affiliation provinciale)

#### Coûts d'affiliation et du membership saisonnier 2026 (à partir du 1<sup>e</sup> mai et valide jusqu'au 31 août) par catégorie (âge du membre le 31 décembre)

Récréatif 11 ans et moins : 38\$	Benjamin 12-13 ans : 45\$
Cadet 14-15 ans : 75\$	Jeunesse 16-17 ans : 75\$
Junior 18-19 ans : 95\$	Senior 20-35 ans et Vétéran 36 ans et + : 95\$

## d. Réseau de de compétition et d'entraînement CIVIL vs SCOLAIRE

Plusieurs intervenants du club sont également entraîneurs dans des écoles secondaires. Ces athlètes ont la chance de participer aux compétitions du circuit scolaire du RSEQ Montérégie sous les couleurs de leurs écoles.

Les entraînements du club sont indépendants des entraînements dans les écoles (mais ce ne sont pas toutes les écoles qui offrent des entraînements scolaires). ARS offre donc des entraînements mais encourage fortement les jeunes du club à participer aux compétitions du circuit scolaire car elles sont formatrices et le nombre de participants est élevé. Pour inscrire un jeune à ces compétitions, il ne faut pas passer par ARS. Il faut contacter le responsable des sports de l'école de votre enfant.

Calendrier des compétitions du circuit scolaire secondaire : <https://monteregie.rseq.ca/athletisme-en-salle/>  
<https://monteregie.rseq.ca/athletisme-exterieur/>

Calendrier des compétitions du circuit scolaire primaire :  
<https://monteregie.rseq.ca/athletisme-en-gymnase/>  
<https://monteregie.rseq.ca/athletisme-exterieur-primaire/>

## e. Les compétitions civiles pour les membres ARS (programme Relève / Compétitif)

- i. Modalités du club pour les inscriptions aux compétitions civiles
  - ii. Le responsable des inscriptions aux compétitions civiles pour le programme Compétitif envoie un courriel invitant les membres à s'inscrire aux compétitions disponibles sur le circuit provincial (et autres compétitions ailleurs au Canada et USA parfois).
  - iii. Toujours discuter avec vos entraîneurs avant de vous inscrire à une compétition
  - iv. Respecter la date limite d'inscription sur la plateforme
  - v. **IMPORTANT** : Ne pas vous inscrire par vous-même via le site d'inscription du comité organisateur. Un responsable du club va inscrire tous les membres qui auront fait leur demande via la plateforme pour participer à l'événement.
  - vi. **TRÈS IMPORTANT ÉGALEMENT** : Ne jamais communiquer directement avec les organisateurs de compétitions. Il est essentiel de toujours passer par le club quand vous avez des requêtes ou questionnements. Merci.
  - vii. Toujours faire vos inscriptions aux compétitions ici selon le programme de votre enfant  
Relève / Compétitif : [www.athletisme-rive-sud.com/competitif](http://www.athletisme-rive-sud.com/competitif)  
Récréatif : [www.athletisme-rive-sud.com/cours](http://www.athletisme-rive-sud.com/cours) (mais communiquez avec le coordonnateur du programme récréatif avant pour savoir si c'est possible pour votre enfant d'y participer)
  - viii. **HORAIRE FINAL** : Veuillez consulter le site de la Fédération Québécoise d'Athlétisme la veille de l'événement afin de voir l'horaire final.
  - ix. **CHAMBRE D'APPEL** : Toujours vérifier le document technique pour savoir si l'événement demande de passer à une chambre d'appel.

f. Fréquences des communications et méthodes de communications

ARS est conscient que de nombreuses communications courriels sont envoyées pour les activités des membres du club. Cependant, ARS cherche à limiter les communications le plus possible afin que vous ne manquiez pas d'informations importantes.

Voici une liste des communications que vous pouvez recevoir dans une année et leurs fréquences.

Inscrire aux entraînements Relève / Compétitif, cours récréatifs ou camp de jour.	Il y a environ 4 sessions d'activités donc vous devriez recevoir environ 4 courriels à ce sujet par année.
Inscrire aux compétitions par le responsable des inscriptions (volet compétitif seulement)	Une fois par mois durant les moments forts des compétitions. Environ 10 courriels à ce sujet par année.

En plus de ces courriels, ARS diffuse les moments pour s'inscrire aux entraînements et cours sur Facebook. Nous vous invitons donc de "liker" la page du club pour ne rien manquer.

De plus, nous diffusons occasionnellement des résultats de nos membres sur les réseaux sociaux. Nous vous invitons à nous faire parvenir photos et résultats par courriel afin qu'on puisse en faire la promotion et diffusion!

Le courriel principal du club est le suivant : [info@athletisme-rive-sud.com](mailto:info@athletisme-rive-sud.com)

Prenez note qu'il est important de s'assurer que le courriel du club ne se retrouve pas dans votre courrier indésirable.

Vous devez vous référer au site web pour communiquer avec un membres du CA si vous avez un questionnement spécifique : <https://www.athletisme-rive-sud.com/nousContacter.php>

Finalement, pour des questions spécifiques aux entraînements de vos jeunes, nous vous invitons à communiquer directement avec le coordonnateur du programme de votre enfant. C'est également la responsabilité du coordonnateur d'informer les parents et membres quand il y a une annulation d'entraînement pour différentes raisons (météo, gymnase non disponible, etc). Dans la mesure du possible, le coordonnateur envoie la communication d'annulation 90 minutes avant le début de l'activité.

Au début de chaque session, vous recevrez un courriel du coordonnateur du programme de votre enfant. Ce courriel est pour vous donner les infos additionnelles de la session (s'il y en a).

### g. Plateformes pour voir les résultats aux compétitions

C'est variable et vous pouvez connaître l'endroit où seront affichés les résultats des compétitions dans le document technique de chaque compétition. Ce genre d'information est envoyé dans la communication que le responsable des inscriptions envoie après avoir complété les inscriptions aux compétitions.

Voici 2 plateformes où on peut retrouver les résultats et inscriptions aux compétitions civiles et scolaires:

- <https://avs-sport.com/main.php> - La plateforme la plus utilisée
- hytek live results - Lien de résultats variable indiqué dans les documents techniques
- <https://quebec2.rsstiming.com/> - Quand le chronométrage est réalisé par RSS Timing

### h. Calendrier de compétitions civiles

- [Compétitions du circuit civil 14 ans et +](#)
- [Compétitions du circuit civil 10 à 13 ans](#)

### i. Quoi connaître et ne pas oublier pour les compétitions civiles

- **Dossard permanent AQ** : Chaque athlète est responsable d'apporter et porter son dossard annuel d'AQ. Ce dossard est remis par le coordonnateur de chaque groupe après l'affiliation annuelle au club et à la fédération (les dossards sont dans le rangement à Gérard-Filion ou en possession du responsable des inscriptions aux compétitions).
- **Oublie du dossard permanent à une compétition** : Il faut aller voir l'organisateur de la compétition afin d'en recevoir un temporaire (frais à prévoir à payer en argent au comité organisateur de la compétition).
- **Chambre d'appel** : Une chambre d'appel est un endroit où l'athlète doit aller donner sa présence le jour de la compétition (habituellement environ 1h avant son épreuve). Il est important de vérifier les règles de chambre d'appel avant la compétition. Vérifiez la documentation technique de chaque compétition avant de vous déplacer et/ou demandez à votre entraîneur s'il faut passer à une chambre d'appel avant son épreuve.
- **Conséquence d'oublier de passer à une chambre d'appel à son épreuve**: Cela fait en sorte que l'athlète ne pourra pas compétitionner. Le club et les entraîneurs ne peuvent malheureusement rien faire quand un athlète oublie de passer à la chambre d'appel.
- **Horaires** : Toujours vérifier l'horaire final sur le site de la fédération québécoise d'athlétisme (la veille de la compétition)
- **Matériel** : Il est obligatoire de porter les couleurs du club lors des compétitions civiles (camisole au minimum)

### j. Boutique en ligne, camisole du club et vêtements du club

- Lors de l'affiliation au club (programme récréatif ou camp de jour), un tshirt est inclus dans l'inscription. Il faut commander ce tshirt sur la boutique en ligne du club.
- Pour le programme Relève / Compétitif, un rabais pour l'achat d'une camisole aux couleurs du club est inclus dans l'inscription aux entraînements + affiliation.
- [Lien boutique de vêtements en ligne d'ARS](#)

Voici les code rabais pour la boutique en ligne (un seul code par enfant) :

Tshirt programme Récréatif : RECREA100

### 3. Les entraîneurs et intervenants sur le terrain

#### a. Compétitif et Relève

<b>Éric Beaudoin (coordo)</b> ENDURANCE Compétitif ebeaudoin@rsb.qc.ca	<b>Martin Angel</b> ENDURANCE Compétitif coach.martin.angel@gmail.com	<b>Mélanie Hugues</b> ENDURANCE Compétitif MHughes@rsb.qc.ca
<b>Émile Labbé (coordo)</b> SPRINT/HAIES/SAUTS Compétitif emile.labbe.udem@gmail.com	<b>Azer Khelifa</b> SPRINT/HAIES/SAUTS Compétitif azerxfit@gmail.com	<b>Vladimir Tocari</b> LANCERS Relève + Compétitif vladimirtocarica@gmail.com
<b>Sébastien Bédard</b> PERCHE Relève + Compétitif sebastien.bedard07@icloud.com	<b>Pierre Ranga</b> TOUTES ÉPREUVES Compétitif pierrerranga@gmail.com	<b>Sonia Larissa</b> TOUTES ÉPREUVES Relève salsaetsamba@gmail.com

#### b. Récréatif / camp de jour

<b>Liam Dandurand (coordo)</b> Cours récréatifs liamd.bass@gmail.com	<b>Camille Houde (coordo)</b> Camp de jour camp@athletisme-rive-sud.com	<b>Renaud Légaré</b> Cours récréatifs et camp de jour
<b>Olivier Houde (ass-coordo)</b> Camp de jour	<b>Benjamin Guérard</b> Cours récréatifs et camp de jour	<b>Mia Éthier</b> Cours récréatifs
<b>Juliette Bender</b> Cours récréatifs	<b>Latifa Jennifer Yerbanga</b> Cours récréatifs	<b>Mélody Pauyo</b> Camp de jour
<b>Samuel Boucher</b> Camp de jour		

### 4. Le conseil d'administration

#### a. Liste à jour des membres du Conseil d'Administration du club

<https://www.athletisme-rive-sud.com/ca.php>

#### b. Contacter un des membres du CA via le web du club

<https://www.athletisme-rive-sud.com/nousContacter.php>

### c. Reconnaissance implication des administrateurs

Rabais 50% pour les membres frais d'entraînements, frais déplacements à facturer en présentiel (même politique que les entraîneurs), code rabais vêtements du club 100\$. Un seul formulaire simple sera à compléter à la fin de l'année pour payer l'ensemble des déplacements de l'année.

## 5. Assemblée annuelle des membres du club

Elle se déroule habituellement au mois de novembre. Une communication courriel invitant les parents de membres ou membres adultes à y assister est envoyée 2-4 semaines avant la rencontre. La promotion de l'assemblée est également faite sur les réseaux sociaux (Facebook et Instagram d'ARS).

## 6. Les communications

Nous vous invitons à envoyer les photos et résultats de vos sportifs membres du club directement à l'entraîneur ou le coordonnateur du programme de votre enfant. Ce dernier pourra ensuite transférer le message à la personne responsable de la diffusion de résultats sur les réseaux sociaux!

## 7. Annulations des entraînements / cours

En cas d'annulation d'un cours ou entraînement, une heure avant l'activité du programme, les coordonnateurs des différents programmes du club communiquent par courriel pour aviser de l'annulation. Si vous ne recevez pas de courriel, c'est que l'activité a lieu comme prévu. En cas de doute, vous pouvez communiquer avec le coordonnateur de l'activité de votre enfant.

Quand la pluie et le froid sont acceptables, les entraînements se déroulent quand même. Les entraîneurs adaptent leurs activités en fonction de la météo du jour.

## 8. Remboursements

[Politique de remboursements et annulations d'inscription d'ARS](#)

## 9. Bénévolat, officiels, moniteurs d'athlétisme

Tous les membres du club qui sont affiliés dans le volet compétitif ou relève (ou les parents) s'engagent à réaliser jusqu'à 10 heures de bénévolat pour l'année courante (selon les besoins du club pour différentes activités).

ARS a besoin d'officiels afin d'organiser des compétitions civiles à Longueuil, il est essentiel d'avoir suffisamment d'officiels formés. Nous avons également besoin de moniteurs / animateurs d'athlétisme pour nos cours de soirs, fin de semaines ou du camp de jour!

Si vous ou votre enfant de 15 ans et + avez un intérêt pour redonner au club et à l'athlétisme au Québec, [voir le calendrier de formation des officiels et entraîneurs](#).

