

LA CHARTE DU BADEUR au B.C.S.H.

L'engagement de tous et le respect de quelques règles simples sont les clés d'une pratique sportive de qualité.

C'est donc en toute liberté, mais aussi en toute connaissance de cause qu'à titre individuel, chacun s'engage à :

- § Avoir une tenue de sport adéquate pour la pratique du badminton.
- § Avoir de bonnes chaussures adaptées au sport indoor.
- § Aider à monter et démonter les poteaux et filets, en début et fin de séance.
- § S'échauffer en début de séance collectivement et individuellement : sans et avec raquette, et avec des volants usagés.
- § S'impliquer dans les exercices techniques de badminton avant la mise en pratique lors des matchs.
- § Intégrer dans le jeu les joueurs qui n'ont pas de partenaire, particulièrement les nouveaux et les débutants afin de favoriser les rotations de joueurs sur les courts.
- § Ne pas gêner les joueurs lorsqu'un terrain est occupé, prendre la peine de le contourner.
- § Par forte affluence, privilégier les matchs de doubles et ne pas occuper un court plus de 20 minutes consécutives ou 1 set.
- § S'étirer en fin de séance avec des séquences d'assouplissements afin de diminuer les courbatures du lendemain.
- § Participer à la vie du club; aider à l'organisation; formuler des propositions; soutenir les nouveaux projets.

§ à être responsable et solidaire de ceux qui ont choisi de vivre avec moi la même aventure sportive et humaine.

§ Ne pas être « Volantivore », favoriser la durée de vie du volant, ne pas le brusquer, lui voler dans les plumes.

§ Passer de bonne soirée au badminton dans la bonne humeur.

§ S'assurer que le « règlement intérieur » et la « Charte du Badeur du BCSH » soient respectés par tous.

Merci à toutes et à tous de respecter ces règles de bon sens !!