

PRECISIONS aux JOUEUSES convoquées : conduite à tenir

- il vous est demandé DE NE PAS PARLER avec qui que ce soit , à partir du moment où vous arrivez sur le lieu de la détection jusqu'au moment où vous repartez. En d'autres termes, pas de communication avec vos parents, votre éducateur ou une personne étrangère au club.
- RESPECTER les LOCAUX : ne pas laisser de bouteille sur le terrain.

être en pleine possession de vos moyens :

- NE PAS VENIR BLESSEE : ne pas tricher, ni avec vous-même, ni vis-à-vis de l'encadrement. Ne pas RETARDER votre GUERISON.
- Ayez l'honnêteté de prévenir si vous vous blessez dans les jours qui précèdent.
- Présentez-vous dans un très bon état de forme physique et mentale (réceptif, motivé).
- Soyez responsable de votre pratique (récupération, alimentation, hydratation, ...)
- Pas d'entraînement la veille de votre convocation ni de DETECTION dans un autre club.